

**Univerzita Karlova v Praze**

**1. lékařská fakulta**

Studijní program: Specializace ve zdravotnictví

Studijní obor: Adiktologie



**Antonín Hrdý**

Užití prvků Terapie horu a Motivačních rozhovorů u aktivních uživatelů návykových látek

Using Elements of Play Therapy and Motivational Interviewing with Active Drug Users

Bakalářská práce

Vedoucí práce: doc. Mgr. Roman Gabrhelík, Ph.D.

Praha, 2019

**Prohlášení:**

Prohlašuji, že jsem závěrečnou práci zpracoval samostatně a že jsem řádně uvedl a citoval všechny použité prameny a literaturu. Současně prohlašuji, že práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

Souhlasím s trvalým uložením elektronické verze mé práce v databázi systému meziuniverzitního projektu Theses.cz za účelem soustavné kontroly podobnosti kvalifikačních prací.

V Praze, 24. 4. 2019

Antonín Hrdý

Identifikační záznam:

HRDÝ, Antonín. *Užití prvků Terapie horu a Motivačních rozhovorů u aktivních uživatelů návykových látek*[*Using Elements of Play Therapy and Motivational Interviewing with Active Drug Users*]. Praha, 2019. 51 s., Bakalářská práce (Bc). Univerzita Karlova v Praze, 1. lékařská fakulta, Klinika adiktologie.

Vedoucí práce: Gabrhelík, Roman

#### Poděkování:

Na tomto místě bych rád poděkoval vedoucímu bakalářské práce doc. Mgr. Romanovi Gabrhelíkovi, Ph.D za cenné podněty a vstřícné jednání během vedení práce. Děkuji Mgr. Danielu Dvořákovi za podnět studovat obor Adiktologie. Děkuji Mgr. Kateřině Kábelové a vedení Laxus z.ú. za umožnění studia. Zejména děkuji nejbližší rodině, jenž mi byla cennou oporu po celý průběh studia.

## Abstrakt

**Východiska:** Terapie hrou a Motivační rozhovory jsou přístupy používané v adiktologicky zaměřené poradenské a terapeutické oblasti. Drogotoč je interaktivní hra vytvořená autorem této bakalářské práce pro klienty nízkoprahového zařízení K-centrum Pardubice Laxus z.ú. opírající se o principiální základy těchto přístupů.

**Cíle:** Hlavním cílem empirické části je formou případové studie popsat proces hry Drogotoč s klientem tak, aby bylo zřejmé, jak se hra hraje. Dílčí cíle jsou: na případové studii demonstrovat roli pracovníka při hře, demonstrovat terapeutický potenciál hry a demonstrovat objevování se prvků Motivačních rozhovorů při hře.

**Metody:** Základní orientace empirického šetření byla kvalitativní. Metodickým přístupem bylo vytvoření introspektivní kazuistiky z pohledu poradce (autor této práce), jež zachycuje průběh realizace hry Drogotoč s klientem. Byly realizovány tři terapeutické hry se třemi klienty náhodně vybranými klienty K-Centra Pardubice Laxus z.ú. v období od 4.3.2019 do 6.3.2019.

**Výsledky:** Podařilo se demonstrovat jakým způsobem poradce při hře Drogotoč postupuje a jakým situacím je vystaven. Tyto průvodní situace poukazují na možné terapeutické využití hry Drogotoč. Další výsledek týkající se terapeutických možností Drogotoče je, že z procesu hry lze vyvodit o klientech nové hypotézy, jež mohou být podnětem pro další terapeutickou práci. Významný je také poznatek, že poradce může Drogotoč využít k nápomoci klientům sdělovat aktuální emoční prožívání doprovázející touhy, naděje, obavy, postoje či zapomenuté zkušenosti, jež se při hře objevují. Také se podařilo dokázat jakým způsobem, se při hře Drogotoč vyskytují prvky Motivačních rozhovorů, například sebemotivující prohlášení či stádia změny. Z případových studií také vychází, že Drogotoč přirozeně vede klienty k vyprávění o „tam a tehdy“ a stejně tak přirozeně vede poradce i klienty k reflexím „tady a teď“. Drogotoč tak v sobě nese prvky Gestalt terapie. Drogotoč je zaměřen na adiktologická témata, což se podařilo demonstrovat napříč celými případovými studiemi. Pro pomáhající profese se tak nabízí nová možná metoda pro práci s adiktologickými klienty.

**Závěry:** Praktickým přínosem práce je, že poukazuje na další možné přístupy v práci s lidmi potýkajícími se se závislostí na návykových látkách. Práce může být inspirací pro pracovníky v pomáhajících profesích, případně může být podkladem pro specializovaný kurz či jinou podobu vzdělávání.

## Klíčová slova:

**Nízkoprahové služby, terapie hrou, motivační rozhovory, kazuistika**

## Abstract

**Background:** Game Therapy and Motivational Interviews are approaches used in addictology-oriented guidance and therapy. Drogotoč is an interactive game created by the author of this bachelor thesis for clients of the K-centrum Pardubice Laxus z.ú. based on the fundamental foundations of these approaches.

**Objectives:** The main aim of the empirical part is to describe the process of the Drogotoč game with the client in the form of a case study so that it is clear how the game is played. Partial objectives are: to demonstrate the role of the worker in a game, to demonstrate the therapeutic potential of the game and to demonstrate the emergence of elements of Motivational Interviews in the game.

**Methods:** The basic orientation of the empirical survey was qualitative. The methodological approach was to create an introspective case report from the point of view of a counselor (the author of this work), which captures the progress of the Drogotoč game with the client. Three therapeutic games with three clients of the K-Center Pardubice Laxus z.ú. from 4.3.2019 to 6.3.2019.

**Results:** We managed to demonstrate how the adviser plays Drogotoč and what situations he is exposed to. These accompanying situations point to the possible therapeutic use of Drugstore. Another result regarding the drug options of Drugstore is that new hypotheses can be drawn from the process of the game about the clients, which can be an incentive for further therapeutic work. Also noteworthy is that the counselor can use Drugstore to help clients communicate current emotional experiences accompanying desires, hopes, fears, attitudes, or forgotten experiences that appear in the game. Also, we managed to prove how Drogotoč features elements of Motivational Talks, such as self-motivating statements or stages of change. The case studies also suggest that Drogotoč naturally leads clients to talk about "there and then" and naturally leads advisors and clients to reflect "here and now". Drugstore thus carries the elements of Gestalt therapy. The Drugstore is focused on addictological topics, which has been demonstrated across case studies. Thus, a new method for working with addictological clients is offered for helping professions.

**Conclusions:** The practical benefit of the work is that it points to other possible approaches to working with people with addictive addiction. Work can be an inspiration for workers in helping professions, or it can be a basis for a specialized course or other form of education.

## Keywords:

**Low Threshold Services, Play Therapy, Motivational Interviewing, Case Reports**

## OBSAH

1. Úvod .....	9
2. Teoretická část .....	11
2.1. Kontext služby kde vznikl Drogotoč .....	11
2. 2. Základní vymezení hry .....	12
2. 3. Terapie hrou .....	13
2. 3. 1. Historie terapie hrou .....	13
2. 3. 2. Základní principy terapie hrou .....	15
2. 3. 3. Terapeut a jeho role při Terapii hrou .....	16
2. 4. Motivační rozhovory .....	17
2. 4. 1. Motivace .....	17
2. 4. 2. Stádia změny .....	18
2. 4. 3. Základní metody a principy Motivačních rozhovorů .....	19
2. 5. Závěr teoretické části .....	21
3. Empirická část .....	22
3. 1. Cíle empirické části bakalářské práce .....	22
3. 2. Základní orientace empirické části – kvalitativní přístup .....	22
3. 3. Metodický přístup – případová studie .....	22
3. 4. Technika sběru dat .....	23
3. 4. 1. Pozorování, introspektivní přístup .....	23
3.4.2 Zpracování dat – Narativní analýza a narativní konstrukce .....	24
3. 5. Respondenti pro šetření .....	25
3. 5. 1 Charakteristika a způsob výběru respondentů .....	25
3. 6. Etika .....	25
3.7. Drogotoč – popis metody .....	25
3.7.1. Symbolika jednotlivých kol .....	26
3.8. Kazuistiky práce s metodou Drogotoč .....	28
3. 8.1. Kazuistika č.1: Jiří .....	28
3.8.2. Kazuistika č.2: Bohdana .....	31
3.8.3. Kazuistika č.3: Adam .....	35
3. 9. Diskuse .....	37
4. Závěr .....	40
Literatura .....	41
Příloha č.1 – Pravidla hry Drogotoč: Kartičky .....	43

Příloha č.2 Pravidla hry Drogotoč: Jednotlivá políčka v daných kolech a další doplňující pravidla	44
Příloha č.3 – Fotodokumentace herních pomůcek Drogotoč.....	48
Příloha č. 4 – Informovaný souhlas.....	51



## 1. Úvod

Název bakalářské práce je Drogotoč, aneb využití prvků Terapie hrou a terapie posilující motivaci v K-centru Pardubice Laxus z.ú. Jaké okolnosti mne vedly k sepsání práce věnující se tomuto tématu?

Od léta 2008 jsem zaměstnancem organizace Laxus z.ú., jež poskytuje adiktologické a sociální služby uživatelům legálních i nelegálních návykových látek, osobám s procesní závislostí a osobám blízkým. V roce nástupu a dalších pět let jsem působil jako terénní pracovník Centra terénních programů Pardubického kraje, následně jsem změnil pozici a stal se kontaktním pracovníkem K-centra Pardubice, kde jsem po dvou letech začal vykonávat vedoucí pozici. V období pracovní pozice na K-centru Pardubice jsem nastoupil do akreditovaného sebezkušenostního výcviku Kontaktní práce. V průběhu sebezkušenostního výcviku se mi v hlavě začal rodit nápad vytvořit pro klienty K-centra nějakou hru, jež by uměla zrcadlit jejich způsob žití.

K tomuto nápadu jsem nestudoval žádnou literaturu, pouze jsem přemýšlel. Vlivem předešlého studia sociální pedagogiky jsem o hře přemýšlel spíše z pedagogického hlediska, terapeutický přesah se ukázal až při realizaci hry. Úvahy o hře jsem představil kolegovi z Laxus z.ú., Bc. Tomášovi Janků, jenž mne podpořil, dodal pár podnětů a motivoval mě, ať hru dokončím.

Tvorba hry trvala přibližně jeden měsíc. Do tvorby byli zapojeni i samotní klienti K-centra. Žádal jsem připomínky k tomu, zda hra opravdu odráží to, co klienti zažívají, o čem přemýšlejí. Již v době, kdy hra nebyla stoprocentně dokončena, jsem vnímal, že mi pod rukama vzniká něco, co má veliký přesah. To se potvrdilo při dokončení hry a její pravidelné realizaci na K-centru. Klienty tato hra zajímala, někteří se jí báli, jiní se k ní chtěli vracet, další ji zpočátku pouze pozorovali.

Ve hře jsem vyškolil kolegy z ostatních K-center Laxus z.ú. a Drogotoč se hrál i v Hradci Králové. Kolegové hru hodnotili velice pozitivně, zejména pro její schopnost bezpečnou cestou poodkrývat v člověku skryté obsahy.

Postupně jsem dospěl do fáze, kdy jsem začal cítit, že samotné poodkrývání obsahů může být pro klienty ohrožující. Stejně tak jsem začal tušit, že nejde o poodkrývání, ale o otevírání hlubokých zranění, přičemž já nejsem kompetentní s takovými obsahy pracovat. Po prezentaci hry na Jihočeské adiktologické konferenci jsem ji uložil do šuplíku a postupně na ni částečně zapomněl.

Drogotoč se mi připomněl po pár letech, kdy jsem nastoupil do akreditovaného kurzu Terapie hrou – Sandplaying. Jak jsem se postupně s touto technikou seznamoval, vzpomínal jsem na Drogotoč a začal jsem si uvědomovat úzké spojitosti.

Když jsem v roce 2015 nastoupil do Ambulantního centra Pardubice Laxus z.ú., vedoucí Mgr. Daniel Dvořák podmínil mé působení studiem vysoké školy. Zvolil jsem si studium adiktologie a již tehdy jsem věděl, že pokud se mi podaří dostat se k závěrečným bakalářským zkouškám, budu psát právě o Drogotoči. U ústní části přijímacího řízení, kde jsem Drogotoč prezentoval, jsem se setkal s doc. Mgr. Roman Gabrhelíkem, Ph.D., jež byl hrou pozitivně zaujat, a proto jsem o vedení práce požádal právě jeho.

Jsem hrdý na hru, jež se mi podařilo vytvořit, a domnívám se, že bakalářská práce je důstojným místem pro její zaznamenání.

Tato práce je rozdělena na dvě části – teoretickou a empirickou.

V prvním oddíle teoretické části bude pro účely práce uveden kontext služby, kde hra Drogotoč vznikla. Ve druhém oddíle je definována teorie hry a Terapie hrou, ve třetím pak teorie motivačních rozhovorů. Ve všech jednotlivých oddílech se přitom zaměřuji na propojování teorií s hrou Drogotoč.

V empirické části bude představen záměr empirické části bakalářské práce a způsob, jakým bude tento záměr zpracován a prezentován – metodický přístup, technika sběru dat. Tato část bude pokračovat představením kazuistik, jež budou mít ilustrační charakter. Opomenuta nebude ani oblast etiky výzkumu.

Součástí bakalářské práce jsou i přílohy – pravidla hry Drogotoč a fotodokumentace originálu hry.

## 2. Teoretická část

### 2.1. Kontext služby kde vznikl Drogoč

Záměrem této kapitoly je uvést kontext problematiky uživatelů návykových látek v České republice. Užší zaměření na Pardubický kraj je z důvodu realizace techniky Drogoč v K-centru Pardubice. Údaje jsou za rok 2016. V době psaní této kapitoly šlo o nejaktuálnější data od Národního monitorovacího střediska (dále jen NMS). Bylo možné dodat aktuálnější data za K-centra Pardubice, rozhodl jsem se však pracovat jednotně s údaji z roku 2016.

V České republice je přibližně 46,8 tis. osob spadajících odhadem mezi problémové uživatele pervitinu a opioidů. Z toho jde o 34,3 tis. uživatelů pervitinu, 7,3 tis. uživatelů buprenorfinu, 3,4 tis. uživatelů heroinu a 1,7 tis. uživatelů jiných opioidů. Počet injekčních uživatelů drog je odhadován na 42,8 tis. osob. (Chomynová & Grohmannová, 2017).

Výroční zpráva o stavu ve věcech drog v České republice v roce 2016 udává dlouhodobý odhad počtu problémových uživatelů drog v Pardubickém kraji na cca 650 osob (Mravčík, 2017).

V Pardubickém kraji poskytuje sociální a adiktologické služby pro uživatele návykových látek organizace Laxus z.ú., která je zároveň provozovatelem K-centra Pardubice, kam v roce 2016 zavítalo 164 klientů, se kterými bylo uskutečněno 2074 osobních kontaktů (Laxus, z.ú., 2017).

K-centrum Pardubice je v Pardubickém kraji jediným zařízením svého druhu (Mravčík, 2017).

Kontaktní centrum je služba pro osoby užívající návykové látky. Předpokládá se, že tyto osoby nejsou zapojeny do jiných zdravotnických či sociálních programů, jde o tzv. skrytou populaci. Kontaktní centra mají být uživatelům drog dostupná bez předchozího doporučení, přímo z ulice, anonymně a pokud možno v prostředí, které není příliš formální (Kalina, 2001).

Základní služby, jež kontaktní centra poskytují, zahrnují tyto oblasti: kontaktní práce, výchovné a vzdělávací aktivity, kontaktní poradenství, výměna injekčního náčiní, zdravotní ošetření (Kalina, 2001).

Drogoč jakožto doplňková technika v kontaktu s klientem, může navázat na služby poskytované v kontaktních centrech. Konkrétně mám na mysli služby Kontaktní práce, Základní poradenství, Strukturované poradenství a motivační trénink. Tyto služby úžeji definuje Libra (2003):

- Kontaktní práce je jedna z hlavních aktivit při práci s klienty. Jde o navázání kontaktu, důvěry a o základní mapování případu.
- Základní poradenství je hlubší kontakt zaměřený na změnu těch vzorců chování, jež lze vyhodnotit jako rizikové. Jde o rizika spojená s užíváním drog a to v oblasti sociální a zdravotní. Také jde o minimalizaci takových rizik a o poskytování informací k možnostem léčby a jak lze danou situaci řešit.
- Strukturované poradenství a motivační trénink jsou služby s cílem posílení, udržení či nabytí motivace k navazujícímu postupu v léčbě směrem k abstinenci.

## 2. 2. Základní vymezení hry

Když jsem tvořil hru Drogotoč, přemýšlel jsem o ní jako o něčem, co bude pro klienty kontaktního centra zrcadlením jejich skutečného života (proto byli v určité fázi klienti přizváni k doplnění některých částí hry, aby co nejvíce kopírovala to, co se děje „tam venku“). Doufal jsem, že jim hra pomůže zprostředkovat náhled na vlastní život a že Drogotoč bude něčím, co pomůže z podvědomí abstrahovat motivace, přání, obavy a zkušenosti z života s drogami.

Z těchto důvodů se práce víceméně orientuje na využití hry jakožto nástroje komunikace a prostředku k rozvoji osobnosti. Považuji proto za podstatné věnovat úvodní část práce definici a teorii hry jako takové. Záměrem není vytvořit definici novou, proto se pokusím představit obecné definice a teorie různých autorů, již se touto problematikou zabývají. Na základě studia literatury jsem objevil, že na hru je nahlíženo z více perspektiv. Z definic, s nimiž jsem při studiu přišel do kontaktu, jsem vybral ty definice, které dle mého názoru nějakým způsobem souvisejí jak s bakalářskou prací, tak s výchozí myšlenkou.

Například Opravilová (2004) nahlíží na dětskou hru jako na prostředek k učení a duchovního růstu. Hru také vnímá jako improvizovanou činnost odvíjející se od vlastních životních zkušeností, v jejímž kontextu může dítě objevovat svět a souvislosti v něm. Tato myšlenka mne velice oslovila a vzhledem k tématu bakalářské práce, považuji v tomto tvrzení za důležité, že hra může učit, může vést k osobnostnímu růstu a že prostřednictvím hry lze získat náhled na svět a souvislosti.

Psychologický slovník popisuje pojem hra těmito slovy: *Hra je jedna ze základních lidských činností, k nimž dále patří učení a práce, u dítěte je to smysluplná činnost motivovaná především prožitky, u dospělých má hra závazná pravidla, cíl nikoli pragmatický ale je ve hře samé, je provázena pocity napětí a radosti. (...) Hra přináší bohatý děj, drama konflikt i katarzi.* (Hartl & Hartlová, 2000, pp.195)

Terapeutické využití hry s dětskými pacienty popisují J.Langmeier a D.Krejčířová (1998). Jsem si vědom, že jejich idea se váže k dětskému věku, přesto mi přijde důležité ji zde zmínit pro úvahu o důležitosti symbolické roviny hry. Autoři píší, že hra má důležitý význam a to nejen tím, že dokáže odvést pozornost, ale dítě může díky hře znovu prožít celou situaci a je-li schopno symbolického myšlení, je možné, aby dítě na úrovni symbolické hry nabylo dojmu, že situaci samo kontroluje. Je-li doprovázeno dospělým společníkem, pomoc se zdvojnásobí. Prožitek vlády nad skutečností v symbolické rovině umožňuje dítěti, aby zvládlo ohrožující situaci, kterou rozumem nechápe.

Na hru lze také nahlížet jako na symbolickou komunikaci, v níž je spojena vědomá i nevědomá úroveň vyjadřování. Hra může být nástrojem, díky němuž lze redukovat strach, snižovat úzkosti či dopady traumatizujících událostí. (Rezková & Kleinová, 2012).

Teorií hry se v období přelomu 19. a 20. století zabýval i Sigmund Freud, který hovořil o možnosti využití hry pro léčbu duševních onemocnění, protože ve hře viděl způsob, díky kterému lze proniknout do hlubinné stránky osobnosti, poznat její přání a zaměření, a využít tak hru při léčbě duševních onemocnění. Freud vycházel z myšlenky, že naše chování je mimo jiné předurčeno množstvím radosti a bolesti, jež samotné chování přináší. Dále v souvislosti s hrou předpokládal, že lidé do hry promítají pocity, přání a konflikty jim vlastní. Z této teorie vychází názor, jenž

přetrvává do současnosti, že totiž hra napomáhá dítěti vyrovnat se s různými událostmi (Opravilová, 2004).

Astrid Görtz (2007) doplňuje Freudovu tezi, že sen je královskou cestou do nevědomí, názorem Erika Eriksona, že hra má být vnímána jako královská cesta do nevědomí dítěte. Dále se ve své kapitole formuluje myšlenku: *i pro starší děti, schopné dobrého řečového projevu, nabízí hra možnost vyjádřit prožitky a city bezpečněji, přesněji a snáze než pomocí slov. Omezenost řeči se ukazuje, což platí i o dospělých, především v situacích silně citově nabitých* (Görtz, 2007, pp150).

## 2. 3. Terapie hrou

V následující kapitole se pokusím o obecné představení techniky Terapie hrou, její historie, základních principů a předpokladů, s nimiž by měl pracovník, jenž chce Terapii hrou uplatnit v praxi, být obeznámen. Zároveň se pokusím o propojování všech poznatků s hrou Drogotoč. V této kapitole také představím přístup, jenž používá hru jako nástroj terapie. Některá uvedená pojetí se sice týkají dětských klientů, představuji je ale záměrně, neboť jsou obecná a domnívám se, že platí i pro osoby v různém věku.

Z obecného hlediska je možné Terapii hrou pojmout jako terapeutický nástroj, jež lze považovat za podpůrný, neboť díky němu klient i terapeut mohou rozšířit možnosti komunikace. Stejně tak může Terapie hrou podpořit další specifické terapeutické postupy (Humpolíček, 2017).

Terapie hrou je proces, jenž může být prospěšný pro zvýšení uvědomění, zprostředkování kontaktu s vnitřním prožíváním, posílení vztahu terapeut – klient nebo může napomoci integraci životních zážitků a zkušeností. Při tomto procesu je důležité, aby terapeut věnoval pozornost vlastnímu prožívání během hry a aby byl autentický (Polínek, 2017).

Terapii hrou lze definovat jako psychoterapeutickou techniku, při které se terapeut pokouší dát dítěti příležitost vyjádřit své pocity verbálně i neverbálně. Předpokládá se, že pokud bude dítě na symbolické úrovni přehrávat své problémy, naučí se je rozpoznávat a bude schopno se svými emocemi nakládat efektivněji, naučí se důvěře ve vztahu, a v důsledku toho bude schopno ovládat nevhodné chování (Blom, 2006).

Na základě uvedených informací přemýšlím o technice Terapie hrou jako o něčem, co by mohlo být uživatelům návykových látek prospěšné. U hry Drogotoč nemám ambice dosáhnout kvalit Terapie hrou a neočekávám přímou nápravu či léčbu problémů, pouze chci poukázat, že hra může být v těchto oblastech nějakým způsobem ku prospěchu. Jak již bylo zmíněno, cílem hry Drogotoč je najít u lidí vykazujících známky závislosti motivaci ke změně závislostního chování. Řečí Motivačních rozhovorů je cílem doprovodit klienta z fáze prekontemplace do fáze kontemplace, přičemž možná právě hra může být dobrý pomocník.

### 2. 3. 1. Historie terapie hrou

Svou prací Malý Hans byl Sigmund Freud první, kdo v odborné literatuře psal o hře a jejím využití při psychologických intervencích. Freud věřil, že hra je opakováním nevědomých problémů a konfliktů. Také předpokládal, že hra má svou roli v procesu abreakce (Kottman, 2010).

Hermine Hug-Hellmuth byla první psychoanalytická terapeutka, jež záměrně používala hru pro terapii dětí. Navštěvovala děti doma, pozorovala je a podílela se na jejich přirozené hře, aniž by do hry zasahovala direktivním způsobem. Hug-Hellmuth věřila, že terapeut může díky dětské hře pochopit dítě samotné, a to stejně dobře, jako se sny a fantazie využívají při analýze dospělých (Kottman, 2010).

Anna Freud taktéž pracovala s dětmi a používala dětskou hru jako nástroj pro budování vztahu terapeut – klient. Věřila, že hra může pomoci komunikaci, ale hru nepoužívala pro terapii jako takovou. Na chování při hře se dívala jako na něco, co nemusí nutně být symbolické či metaforické (Kottman, 2010).

Melanie Klein byla psychodynamická psychoterapeutka, jež funkci hry v terapii chápala odlišným způsobem. Věřila, že hra je dětský přirozený způsob vyjadřování, jenž by měl být stavěn na rovněž verbálnímu vyjadřování dospělých. Kleinová předpokládala, že hra je ekvivalent volných asociací v dospělosti, a že je tedy plná důležitých informací o nevědomých procesech (Kottman, 2010).

Na Strukturovanou Terapii hrou navazuje Vztahová terapie hrou, jež se zaměřuje na prostředí, ve kterém se dítě nachází, a na jeho emoční stránku. Za zakladatele jsou považováni Jessie Taft, Frederick Allen a Clark Moustakas. Společně předpokládali, že nositelem změny jsou situace tady a teď ve vztahu terapeut – klient. Na tyto myšlenky navazuje Nedirektivní terapie hrou. S tímto modelem přichází Virginie Axeline, jež se opírá také o pojetí Carla Rogerse, který předpokládá, že každý člověk má v sobě potenciál pro změnu. V souladu s touto ideou nechávala Axeline při terapii hrou dětem volnou ruku (Soto, 2017).

Terapií hrou se od počátku 20. století zabývají různé směry, které k této technice přistupují s ohledem na vlastní teoretická východiska (psychoanalýza, kognitivně behaviorální terapie, gestalt terapie, rodinná terapie apod.). Některé terapeutické školy do Terapie hrou implementují více direktivních prvků. Oproti nedirektivnímu směru Axelinové se takové využití Terapie hrou nazývá direktivní. Direktivní herní terapeut užívá hru k upoutání pozornosti dítěte, zapojuje se do hry, podněcuje k vyšší aktivitě při hře, interpretuje, nastavuje limity. Direktivní Terapie hrou se zaměřuje na konkrétní problém a upravuje či volí prostředky Terapie hrou, které s problémem souvisejí, jako to činili výše zmínění Jones, Levy a Hambidge (Soto, 2017).

Terapie hrou se formálně dělí na

- nedirektivní
- direktivní

Mezi nedirektivní přístupy se řadí směry vycházející z humanistických terapeutických škol (M. Lowenfeldová, V. Axelineová, V. Oaklanderová a D. Kalfová). Pojetí označené jako direktivní je více strukturované a konceptuálně se opírá o ideu behaviorální či kognitivně-behaviorální terapie. Praxe ukazuje, že nedirektivní pojetí je účinnější u hlubinných a více rozvojových terapeutických případů, oproti tomu direktivní bývá účinnější u akutních traumat, při více podporující terapii i při terapii, kde se vyskytují nácviky (Humpolíček, 2017).

Svým způsobem i Drogotoč by mohl být považován za direktivní formu Terapie hrou – jde o hru, jež cílí na problém se závislostí, nepodněcuje libovolné tvořivosti, ač prostor pro vlastní invenci nabízí, od pracovníka či terapeuta se očekává aktivní vedoucí přístup, objevují se interpretace a herní prostor je limitován jasně vymezeným prostorem pro pohyb.

### 2. 3. 2. Základní principy terapie hrou

V této kapitole se pokusím představit principy či účinné faktory Terapie hrou a rovněž se pokusím o propojení s hrou Drogotoč.

Glover (1999) ve své práci Terapie hrou a arteterapie pro klienty zneužívající návykové látky mající v anamnéze incestní zneužití takto popisuje principy Terapie hrou:

- Terapie hrou napomáhá rozvoji pracovního vztahu s terapeutem, protože umožňuje bezpečné interakce vycházející z podstaty hry
- Terapie hrou pomáhá odbourat osobnostní obranné mechanismy
- Terapie hrou pomáhá usnadnit verbalizaci, protože umožňuje vzdálení se od emocionální události
- Terapie hrou pomáhá uvolnění katarze tím, že umožní dítěti bezpečnou cestu pro uvolnění vysoce emocionálního materiálu (Glover, 1999)

Z těchto bodů je patrné, že Terapie hrou je vnímána jako podpůrný prvek, který napomáhá kontaktu mezi poradcem a klientem. Stejná je i původní myšlenka hry Drogotoč, totiž vytvořit nástroj k usnadnění komunikace při práci s klienty K-centra.

Principy pojetí terapie hrou se liší dle terapeutického směru, o který se opírá. Kottman (2010) ve své knize dělí terapii hrou dle jednotlivých škol – Psychoanalytická terapie hrou, Kognitivně-behaviorální terapie hrou aj.

I. Lištiaková (2017) popisuje procesy, jež v terapii hrou vnímá jako přítomné. Jde o procesy:

- Proces exprese (vyjádření), hra je prostředník k vyjádření své myšlenek, pocitů, zkušeností, tužeb či strachů. Expresivní vyjádření pomocí hry je bezpečné, odpadá vnější ohrožení a hra je bezpečná i z hlediska psychiky neboť umožňuje odstup.
- Proces reflexe (zrcadlení), není potřeba vědět, co nás trápí, ale ve hře se to může objevit, objasnit, uspořádat. Již samotný průběh hry, jež je doprovázen myšlenkami a emocemi, zrcadlí vlastní realitu a tak ji pomáhá odhalit a zpracovat.
- Proces symbolizace (zakrytí/odhalení), jde o to, že hra může v metaforické rovině vyjadřovat „zakázané“ obsahy nebo umožňuje vyjádřit zkušenost ze života způsobem, jež je únosnější.
- proces distance (odstup/přiblížení se) vychází z předpokladu schopnosti seberegulace emočního zaujetí ve hře. Hra může poskytnout dostatečný odstup.

- proces transformace (restrukturalizace)

Lištiaková (2017) dále dává do souvislosti procesy terapie hrou a účinné faktory terapie, jimiž jsou:

- exprese/katarze,
- korektivní emocionální zkušenost
- vhled (znovuprožití/propracování)
- posílení interpersonálních schémat
- učení se řešit problémy a strategie zvládání

### 2. 3. 3. Terapeut a jeho role při Terapii hrou

Jaký by měl při Terapii hrou terapeut být? Jak by měl reagovat? Jaké by měl mít předpoklady? Na tyto otázky se pokusím odpovědět v následující kapitole.

Kottman (2010) udává tyto vlastnosti, jimiž by měl terapeut při Terapii hrou disponovat:

- mít rád děti a přijímat je s laskavostí a respektem
- mít smysl pro humor a schopnost smát se sám sobě
- hravý
- měl by si být jistý sám sebou nezávisle na pozitivním hodnocení druhých
- být otevřený a upřímný
- být flexibilní a schopný poradit si s nejednoznačností

Aniž bych snižoval důležitost jednotlivých bodů, z hlediska hry Drogoť bych rád v kontextu uživatelů návykových látek vyzdvihl vlastnost respektu, schopnost hravosti a flexibility, již je při Drogoťi velice potřeba, neboť je nutné držet se pravidel a zároveň umět využít vzniklou situaci jako materiál k rozvoji tématu při hře.

Role terapeuta je také vnímána tak, že má neustále sledovat, odpovídat a být naladěný na dítě – mělo by jít tak trochu o tanec mezi dvěma lidmi, kteří mají ladné pohyby. Terapeut je direktivní a aktivity na hraní vybírá on. Terapeut má sledovat reakce dítěte na to, jak se mu daří zvládat různé úrovně hry. (Stagnitti & Cooper, 2009)

V tomto má práce souvisí s aktivním vedením ze strany terapeuta a pozorováním reakcí klienta, což vyžaduje schopnost flexibility - například umět zachytit sebemotivující prohlášení (Motivační rozhovory), reflektovat ho a nedovolit jeho zapadnutí v dynamice hry.

Terapeuta lze vnímat jako zúčastněného pozorovatele, který má co nejméně zasahovat do dění, má se vyhýbat interpretacím, spíše má komentovat to, co vidí, a nechat na dítěti, zda povšimnutí ze strany terapeuta doplní svým pohledem. Postoj terapeuta je fenomenologický – snaha vycítit, co dítě právě chce, co potřebuje, co mu dělá dobře. Ač se má terapeut při hře vyhýbat interpretacím, vnímá je jako důležité pro porozumění celé situaci. V práci s dospělými se na striktním vyhýbání interpretací netrvá. (Görtz, 2007)



Zde autorka klade důraz na aktivní mentální účast terapeuta a zároveň na jeho upozadění. S hrou Drogotoč spíše souvisí ona silná mentální přítomnost, roli pracovníka vnímám spíše jako aktivního spoluhráče, který svými otázkami a komentáři propojuje hru s aktuálním prožíváním a s realitou mimo hru.

## **2. 4. Motivační rozhovory**

Kalina (2013) uvádí, že název Motivační rozhovory je více rozšířený, přesto zavádějící. Původní název autorů tohoto uceleného, teoreticky podloženého a metodologicky propracovaného přístupu je Terapie posilující motivaci.

Ač s tímto tvrzením plně souhlasím, a více vystihuje cílení hry Drogotoč, budu se držet obecně známějšího termínu Motivační rozhovory.

Motivační rozhovory jsou komunikační technikou, jež se zaměřuje na vnitřní motivaci klientů. V motivačních rozhovorech se spojují prvky rogersovského přístupu zaměřeného na člověka, kognitivní i behaviorální terapie a integruje poznatky z různých oblastí psychologie. Ideou Motivačních rozhovorů je opravdová a dlouhodobá změna chování vycházející z celkové proměny postojů a prožívání a z transformace vnitřní motivace. Motivační rozhovory jsou humanistickým směrem vyžadujícím postoj úcty a respektu k základním hodnotám člověka, k jeho jedinečnosti, i důvěru ve vlastní potenciál a víru v schopnosti pozitivního růstu (Soukup, 2014).

Motivační rozhovory mimo jiné vznikly z potřeby brát v léčbě v potaz i čas mimo léčbu a ne pouze čas léčby samotné. Například „prevence relapsu“ se zaměřuje na fenomény a události v čase po léčbě, motivační rozhovory věnují pozornost i různým etapám drogové kariéry, propojují je s různými terapeutickými technikami a to včetně prevence relapsu, ale zejména poukazují na to, co může pomoci léčbě předejít (Kalina, 2013).

Kalina (2001) k Motivačním rozhovorům píše, že se jedná o techniku používanou v procesu poradenství týkajícího se otázek z okruhu užívání alkoholu a ostatních drog. Tato technika je nekonfrontační a má člověku pomoci pozitivně se rozhodnout, zda s užíváním skončit, či ho omezit. Technika se opírá o stádia změny definovaných v „modelu změny chování“. Motivační rozhovor je technika, jak člověka v procesu poradenství těmito stádii postupně posunout a napomáhá k zvážení kladů a záporů jeho chování.

### **2. 4. 1. Motivace**

Motivační rozhovory jsou úzce spojeny s motivací chování jedince. Už samotný název techniky v sobě nese pojem motivace. Z tohoto důvodu se v následujícím textu budu zabývat pojmem motivace.

V psychologii je motivace brána jako podmínky pro pohyb živých bytostí, což znamená, že se nějak chovají, nějak jednají. Samo slovo motivace, vychází z latinského „moveo“, tedy hýbám, pohybuji.

Dříve se v psychologii tyto podmínky chování popisovaly pojmy chtění, snahy, přání, touha, úmysl, pohnutka, pobídka, záměr a obzvláště slovem vůle. (Nakonečný, 2017).

Milan Nakonečný (1996) staví problematiku motivace lidského chování k nejsložitějším a velice závažným úkolům psychologie. Dle tohoto autora až z poznatků o motivacích lidského chování může vycházet jakákoli psychologická pomoc člověku a to proto, že pracovat na psychologické rovině s člověkem znamená usilovat o změnu. Abychom mohli usilovat o změnu, je třeba poznat příčiny toho, co má být změněno, přičemž předmět změny se netýká pouze způsobů chování, ale zejména jeho motivů. Motivy jsou pro chování člověka psychologickým smyslem, hodnotou, jež nemusí být vždy společností kladně přijímána.

Motivace, jako proces usměrňování, udržování a energetizace chování, se značně mění vlivem užívání drog. V tomto smyslu jde o sníženou míru zájmu o cokoli jiného než o záležitosti ve věcech drog a o pokles energie potřebné k růstu osobnosti. Adiktologie nabízí i úhel pohledu, jež nahlíží na příčinu chování jako na ustálený a do struktury osobnosti integrovaný zvyk, jehož povaha není povahou motivu. Jsou však i směry vycházející z psychoanalýzy, jež lpějí na motivaci jako na příčině všech psychických reakcí. Nejfrekventovaněji využívanou teorií zabývající se motivací je Maslowova teorie hierarchické struktury potřeb (Kalina, 2001).

V průběhu času došlo k trojímu zjištění. Jako málo účinné se jevíly přístupy vycházející z rogersovského pojetí léčby, stejně tak se začaly zdát nedostačující přístupy kognitivně-behaviorální. Dále došlo ke zjištění, že pojetí motivace „buď anebo“ nenabízí zahrnutí váhavosti, ambivalence, směs nadějí a odporu, jež jsou průvodními znaky lidského rozhodování. Třetí poznání obohatilo vnímání motivace jako něco co je nelineární, v čase se proměňující a tudíž neustále vyžadující pozornost (Kalina, 2013).

Z tohoto předpokladu vychází přístup Motivačních rozhovorů. Motivace může být ovlivněna širokou škálou podmínek, jež jsou mimo dosah vůle jedince, což je i styl jednání a chování terapeuta. Motivace je spíše stav s určitou mírou připravenosti ke změně, přání si této změny a tento stav se mění jak v čase, tak i v různých situacích. Důležité je, že tento stav lze ovlivňovat (Miller & Rollnick, 2003).

#### 2. 4. 2. Stádia změny

Prochaska a DiClement se zabývali otázkou, jak a proč se lidé mění, ať už sami nebo za doprovodu terapeuta. S ohledem na proměnnost motivace vyvinuli model, jež by mohl být nápomocný k přípravě na změnu. Model Prochasky a Diclementa chápe motivaci jako současný aktuální stav, či připravenost jedince ke změně. Změnu vnímali jako proces, jež rozdělili do několika stádií. Buď může jít o čtyři, pět nebo o šest stádií. Tato stádia symbolicky umístili do kruhu. Každé stádium pak vyžaduje specifický přístup terapeuta. Pokud se mívá intervence terapeuta se stádiem, v němž se klient nachází, může se tato disonance projevit v chování klienta, jež je čteno jako odpor k léčbě, či neochota spolupráce (Miller & Rollnick, 2003).

Shrnutí jednotlivých stádií změny nabízí Kalina (2013)

### 1.stádium Prekontemplace

Jde o stádium, kdy člověk o nějaké změně ještě neuvažuje. Užívání návykových látek je pro něj uspokojující a nevidí důvod pro změnu a ani samotné užívání nevnímá jako problém. Problém nevidí ve vlastním chování, ale spíše v okolním světě, který ho nechápe a je nespravedlivý. V tomto stádiu vnímá člověk svůj život tak, že má vše pod kontrolou a své chování je sobě i druhým schopný racionálně vysvětlit. V tuto chvíli nevnímá změnu jako něco, o co je potřeba jakýmkoli způsobem usilovat. Prekontemplace se však nerovná nulová motivace.

### 2.stádium Kontemplace

V tomto stádiu se již klienti potýkají s takovými problémy, jež jsou schopni vnímat jako důsledky užívání drog. Užívání drog je ještě potěšení, zároveň vyvstávají pochybnosti o takovém jednání a vyskytuje se přemýšlení nad budoucností. V tomto stádiu klient zvažuje pro a proti užívání drog. Často je přítomna ambivalence, proti změně mohou vystupovat nepříjemné emoce či obavy ze ztráty sekundárních zisků jako je například postavení v partě či pozornost druhých.

### 3.stádium Rozhodování

Stádium, kdy nevýhody užívání drog začínají převažovat výhody a klient vnímá přímou souvislost mezi užíváním drog a problémy, jež ho obklopují. Klient zvažuje formu, možnosti a načasování změny. Tato fáze končí rozhodnutím vybrat si určitý postup.

### 4.Stádium Jednání, aktivní změna

V tomto stádiu klient očekává změnu a zavazuje se jednat tak, aby této změny dosáhl. Cíl této fáze je uskutečnění změny v konkrétním problému.

### 5.stádium Udržování změny

Stádium, ve kterém klient před sebou i ostatními obhájí své rozhodnutí pro život bez drog. Optimálně se daří nastolená pozitivní změna udržet, zároveň vyvstávají nároky ze změny samotné. Na klienta jsou kladeny nároky v oblasti postojů, hodnot, sociálních dovedností, vyrovnávání se s riziky a jiné. Důležité je předejít relapsu s čímž úzce souvisí přestavit dosavadní životní styl. Radost z dosaženého úspěchu bývá upozaděna námahou vytrvat.

### 6.stádium Relaps

Stádium relapsu je bráno jako součást kola změny. Cílem tohoto stádia je v této etapě neustrnout, nýbrž pokračovat na kole změny do dalšího stádia.

Stádia změny jsou pro Drogotoč důležitým teoretickým východiskem. V pravidlech hry Drogotoč je na stádia odkazováno a hrací pole hry je symbolickým zobrazením těchto stádií.

## 2. 4. 3. Základní metody a principy Motivačních rozhovorů

Motivační rozhovory je specifický přístup, jež má za cíl pomoci lidem identifikovat již existující či hrozící problém a nabízí pomoc něco s tímto problémem udělat. Tento přístup může výrazně pomoci lidem, jež se změnou váhají či nejsou rozhodnutí. Pomáhá s překonáním ambivalence a vede k posunu člověka ve stádiích změny, což v mnohých případech bývá dostačující. Ve chvíli, kdy se pohne z místa, odpadá konflikt proti sobě stojících faktorů motivace a ke změně ho dovede dostatek vlastních schopností, jimiž disponuje. Důležité je rychlé uspokojení potřeby posílení motivace (Miller & Rollnick, 2003).

Principy jsou obecně pomyslnými vodítky práce, jichž se při práci s klienty držíme. Principy Motivačních rozhovorů vycházejí z poznatků o procesech změny a úspěšně je do sebe asimilují (Soukup, 2015).

Role terapeuta je při Motivačních rozhovorech neautoritativní a pokud možno se vyhýbá roli experta. Odpovědnost za změnu je přenechána na straně klienta, stejně tak je na straně klienta nechána svoboda rozhodnutí za to, zda doporučení terapeuta přijme či nikoli, což neznamená, že terapeut pozbývá moci a vlivu. Motivační rozhovory jsou spíše o snaze přesvědčit než donutit, více podpořit nežli argumentovat. Vyšším cílem je posílit klientovu vnitřní motivaci tak, že změna se vynoří sama a nabyde na takové síle, jež předčí motivaci vnější. Ve výsledku ten kdo předkládá argumenty změny je klient, ne terapeut. Takového stavu lze dosáhnout díky technikám, jež metoda Motivačních rozhovorů k tomuto účelu využívá (Miller & Rollnick, 2003).

Miller a Rollnick (2003) uvádějí pět základních principů motivačních rozhovorů:

1. Vyjádření empatie

Pro užívání metody Motivačních rozhovorů je nezbytné, aby terapeutův styl byl empatický. Empatie spolu s vřelostí a reflektivním nasloucháním jsou nezbytné základy, jejichž role je významná v celém procesu motivačních rozhovorů. Terapeut nabízí klientovi pochopení a přijetí, přičemž není nutné s klientem souhlasit. Klíčový je respekt a touha porozumět klientovu chápání věcí. Terapeut nerozhodnost vnímá jako součást vlastního bytí, stejně tak jako součást procesu změny. Celkově je pro terapeuta pochopitelné, že klient je ve stádiu, kdy tápe na jednom místě.

2. Rozvíjení rozporů

Tento princip Motivačních rozhovorů má za cíl objevit, pojmenovat a rozvinout rozpor mezi tím, co klient skutečně dělá, a tím co jsou jím stanovené cíle. Obecněji může jít o rozpor mezi tím, kde se klient v současné chvíli nachází, a tím kde by chtěl být. Jestliže dojde na straně klienta k uvědomění takového rozporu, může dojít ke změně. Motivační rozhovory mají za cíl rozvíjet rozpor tak, aby se zvětšil a zastínil vazbu na současné chování. Toto vše je doprovázeno principem, že klient je ten, kdo hovoří o důvodech ke změně a o obavách.

3. Vyhýbání se argumentaci

Již z pojmenování tohoto principu vyplývá, že terapeut při Motivačních rozhovorech upouští od argumentace a hádek. V Motivačních rozhovorech jde o „měkkou konfrontaci“ jejíž účelem je uvědomit si, že je nějaký problém a posílit potřebu něco s tím dělat.

#### 4. Otočení (využití) odporu

Důležitou součástí tohoto principu je respekt ke klientovi, což v tomto ohledu znamená, že je na samotném klientovi zda s problémem něco udělá či ne. Pokud klient dostává rady je pouze na něm, zda se jimi bude řídit nebo zda si z nabídky rad a možností něco vybere. Stejně tak je klientovi umožněno doporučení odmítnout, což ubírá na síle klientova odporu. Východiskem je také víra v klienta jako v cenný zdroj pro řešení problémů.

#### 5. Podpora vlastních schopností klienta

V souvislosti s tímto principem je důležité být v podpoře sebedůvěry klienta aktivními činiteli. Ze sebedůvěry může vyplývat důvěra ve vlastní schopnosti zvládnout náročné situace či úkoly. Možností posílení důvěry ve vlastní schopnosti je například klientovo převzetí plné odpovědnosti za změnu, protože člověk se nejenže může sám změnit, ale ve výsledku se sám změnit musí, neboť to za něj nikdo jiný neudělá.

Uvedené metody a principy jsou důležité i ve vztahu ke hře Drogotoč. Jde o kvalitu přístupu ke klientovi, jež se při procesu hry nějak projevuje a pracovník (terapeut) může díky výše zmíněným principům vytvořit bezpečný rámec pro využití potenciálu hry.

Pokud připustíme možnost, že hra může pomoci zvědomit některé vnitřní obsahy, a tezi Karla Nešpora (2018), ovládat lze pouze to, co si uvědomujeme, spojíme s tvrzením Kamila Kaliny (2001) motivační rozhovor se používá v léčbě k iniciaci nebo udržení změny, přijde mi, že vyvstává vzájemně propojený celek, jímž se Drogotoč snaží být.

## 2. 5. Závěr teoretické části

V teoretické části bakalářské práce jsem se zabýval koncepty, termíny a definicemi, jež souvisí s tématem bakalářské práce i s její empirickou částí.

Domnívám se, že pro základní představení a získání teoretického vhledu do přístupů Terapie hrou a Motivační rozhovory, je rozsah vymezení pojmů, pojetí a definic dostačující.

### **3. Empirická část**

#### **3. 1. Cíle empirické části bakalářské práce**

Cílem empirické části je popsat proces hry Drogotoč s klientem tak, aby bylo zřejmé, jak se hra hraje.

Dílčí cíle jsou: na případové studii demonstrovat roli pracovníka při hře, demonstrovat terapeutický potenciál hry a demonstrovat objevování se prvků Motivačních rozhovorů při hře.

#### **3. 2. Základní orientace empirické části – kvalitativní přístup**

Pro povahu této bakalářské práce jsem zvolil kvalitativní přístup. Při volbě kvalitativního výzkumu jsem vycházel z pojednání Hendla (2005), kde je pro mne zásadní fakt, že v kvalitativním výzkumu je hlavním nástrojem sběru dat výzkumník sám. Dále Hendl uvádí, že kvalitativní výzkum je prováděn přímo v terénu, očekávají se přímé citace z rozhovorů, popis místa provádění výzkumu, přepis různých poznámek, mohou být použity málo standardizované metody sběru dat a také kvalitativní výzkum umožňuje popsat daný případ dostatečně do hloubky.

O vhodnosti volby kvalitativního výzkumu usuzuji taktéž z popisu Miovského (2006), jenž kvalitativní výzkum popisuje jako přístup, jež pro kvalitativní výstupy, které nejsou kvantifikovány či kvantifikovatelné, využívá kvalitativních metod.

#### **3. 3. Metodický přístup – případová studie**

Zvolený metodický přístup je případová studie, neboť poskytuje možnost porozumět složitým sociálním jevům a v psychologickém výzkumu jde o důležitou formu zkoumání. Smyslem případové studie je hluboké zkoumání a porozumění jednomu nebo několika málo případům. Sbírají se taková data, jež přímo souvisí s objektem výzkumu. Objekt výzkumu je brán jako integrovaný systém, kde jednotlivé vnořující se aspekty jsou brány jakou součástí celku a ne pouze jeho jednotlivá část. Pokud se výzkumník věnuje rozkrývání vztahů mezi těmito součástmi, docílí tím vysvětlování podstaty případu (Sedláček, 2007).

Jelikož je záměrem této práce představit jak Drogotoč funguje, je volba případové studie vhodná i z tohoto hlediska. V případech, kdy se ptáme, jak či proč se dějí určité jevy, je případová studie nejvhodnější výzkumnou strategií. Případová studie může být také provedena pouze pro případ samotný. V případové studii jde o to, aby byl případ popsán do hloubky a vztah k obecné problematice není až tak důležitý (Sedláček, 2007).

Miovský (2006) dělí případové studie do několika variant, z nichž s tématem této bakalářské práce souvisí jednopřípadová studie, kdy účel studie není v první řadě výzkumný, ale spíše terapeutický, diagnostický či výukový.

### 3. 4. Technika sběru dat

#### 3. 4. 1. Pozorování, introspektivní přístup

Pro sběr dat jsem zvolil techniku pozorování, introspektivní přístup. Tuto techniku jsem zvolil na základě doporučení vedoucího práce, ale také z hlediska její vhodnosti pro záměr bakalářské práce.

Pozorování je sledování aktivit v přirozeném prostředí sledovaného subjektu. Pozorovatel se může sledovaných aktivit přímo účastnit a sledování je doprovázeno reflexí. Pozorování má nesporné výhody jako například možnost deskriptivního popisu procesu, kdy popis by měl být co nejvíce přesný. Další výhodou může být pochopení kontextu, ve kterém se sledovaná akce odehrává. Pozorovatel má možnost všimnout si jevů, o nichž pozorovaný subjekt sám od sebe nemluví, protože si je neuvědomuje. Stejně tak může pozorovatel objevit jevy, jež nebyly dosud popsány. Pozorovatel může některé jevy uvést do souvislostí tak, jak to nikdo před tím neudělal. Celkově pozorování vede pozorovatele k tomu, aby si na věc udělal vlastní názor, jež se opírá o reflexi a poznámky z pozorování (Švaříček, 2007).

Introspektivní přístup je přístup, jež má ve kvalitativním výzkumu své místo. Vychází z předpokladu, že člověk je nadaný sebereflexí, jež nejde z předmětu psychologie upozadit. Skrze sebereflexi pozorovatele lze kontrolovaně rozvíjet nové poznatky. Ačkoli se v odborné obci najdou hlasy, jež s introspektivním přístupem ne zcela souzní, většina tento přístup označuje za hodnotný a vědecký (Miovský, 2006).

Jednou z metod introspektivního přístupu je fenomenologická metoda, jež vychází z fenomenologické myšlenkové historie. Fenomenologická metoda v sobě nese kombinaci introspekce s extrospekci. Nejde tedy pouze o úzké zaměření se na prožívání pozorovatele. Aby mohla být tato metoda uplatněna co nejúčinněji je potřeba eliminovat prvky, jež by mohly pozorovatele rušit. Eliminace se týká fyziologických potřeb, zajištění klidu v místě výzkumu a celkové naladění se na výzkum. Pokud se rozhodneme při výzkumu aplikovat fenomenologickou metodu, je dobré pamatovat na dva důležité body (Miovský, 2006):

- zda svou pozornost směřujeme na nějaké ohraničené téma a následně do větší a větší hloubky zkoumáme náš vlastní prožitek
- volné pozorování vědomých obsahů vynořujících se v dané situaci v průběhu času. Explorujeme a reflektujeme tento vývoj.

Interpretace pozorování není pouhý popis zpozorovaného chování, ale i jeho vyhodnocování. Jde tedy o to, aby pozorovatel vyjádřil, co si myslí a jak dané chování chápe. (Ferjenčík, 2000)

S exploračními jsou spojeny problémy sdělitelnosti, protože některé prožitky je těžké vyjádřit slovy. Tato komplikace klade nárok na pozorovatele. Vyžaduje schopnost užívání metafor, přirovnání, adekvátní užití bohaté slovní zásoby a stejně tak schopnost zpracovat a popsat vlastní prožívání. Pro usnadnění explorační jsou tři pravidla (Miovský, 2006).

- pravidlo epoché – pozorovatel vědomě odkládá očekávání, domněnky, prekoncepce

- pravidlo deskripce – pozorovatel je nucen vyhýbat se komentářům, vysvětlování, analýzám, soudům. Jde o holý popis pozorovaného, toho co pozorovatel cítí a o čem přemýšlí.
- pravidlo horizontalizace – pozorovaným fenoménům nepřipisuje pozorovatel žádné významy, pouze je registruje

Čas pozorování byl ohraničen 50 minutami. Proces hry a pozorování probíhal v místnosti, která je v prostorech K-centra Pardubice využívána k odbornému poradenství. Místnost je dostatečně velká, přirozeně osvětlená, pohodlná a je místně oddělena od jiných prostor zdmi, chodbou a dveřmi. Bylo zajištěno, že nebude docházet k rušivým elementům vyplývajících z provozu zařízení. Během hry jsem si dělal stručné poznámky a ihned po dohrání jsem zpracoval kazuistiku k danému případu. Ačkoli se dá Drogotoč hrát skupinově, pro účely bakalářské práce jsem zvolil model hry pracovník – klient.

Vedle pozorování dochází při hraní Drogotoče k rozhovoru, jež má částečné prvky narativního přístupu, stejně tak má prvky polostrukturovaného rozhovoru. Strukturu rozhovoru drží linie hry samotné. Hra nabízí okruhy, jež mohou vést k otázkám, ale není nutné každou možnou otázku položit.

### 3.4.2 Zpracování dat – Narativní analýza a narativní konstrukce

Jelikož je záměr práce představení techniky Drogotoč, nedochází k žádné analýze získaných dat. Tuto kapitolu zde zmiňuji z důvodu mého přístupu k zpracování dat, jež vnímám blízký narativní metodě.

Ačkoli ve ztvárnění nepůjde čistě o metodu narativní konstrukce, zmíním některé informace o této metodě, neboť se domnívám, že některé prvky budou obsaženy v níže uvedených kazuistikách.

Narativní analýza může mít za předmět zájmu jakýkoli lidský výtvar zachycující části nebo celý příběh člověka. Příběh je chápán jako organizace jednotlivých zkušeností, má svou chronologickou dynamiku, uspořádání zkušeností vycházejícího z přiřazování významů jednotlivým zkušenostem. Nejde o hledání obecných pravd a pravidel. Jde o interpretaci zapamatovaných faktů (Miovský, 2006).

Miovský (2006) o této analýze píše, že se na narativní rekonstrukci lze dívat jako na převyprávění vyprávěného, jde o interpretaci interpretace. Současně se snažíme porozumět významům, které jsou ve vyprávění autora obsaženy. Narativní rekonstrukce také podává vysvětlení k jednání, jež je vztahováno k cílům, k nimž, toto jednání směřuje. Příběh se vypráví v dějové linii, to proto, aby jedna událost navazovala na druhou a společně tak vytvářely zápletku. U takového vyprávění lze sledovat co má nějakou hodnotu, důležitost a co naopak nikoliv.

Narativní konstrukce zachycuje lidskou zkušenost tak, jak jí je schopno uchopit vědomí, jež je tak samo o sobě filtrem. Jde tak o vliv hlediska, vycházejícího z perspektivy zkušenosti. Do zkušenosti se promítá vlastní subjektivita, obecné hledisko či hledisko druhých. Narativní konstrukce z této své



podstaty umožňuje ztvárnění zkušenosti z dialogu. V dialogu je možné se zaměřovat na obsahy uvědomování a prožívání (Miovský, 2006).

Potřebu této analýzy a zmínění konkrétních informací vnímám zejména v myšlence převyprávění vyprávěného. Kazuistiky budou vyprávěny chronologicky, tedy v dějové linii, tedy postupně od začátku hry do jejího konce. Vystane tak zápletky a v textu se mohou objevit důležité i méně důležité informace související s představením hry Drogotoč. Dále se budu v souladu s touto metodou pokoušet podat vysvětlení významům, jež se při hraní Drogotoče ukáží.

### **3. 5. Respondenti pro šetření**

#### **3. 5. 1 Charakteristika a způsob výběru respondentů**

Respondenti/respondentky pro pozorování jsem vybral z řad aktuálních klientů K-centra Pardubice Laxus z.ú. Respondenti byli vybíráni náhodně, tj. kdo byl v době realizace pozorování na K-centru Pardubice přítomen, ten byl osloven. Pozorování proběhlo v době od 4.3.2019 do 6.3.2019. Jako kontraindikace pro pozorování a realizaci hry Drogotoč byla brána akutní intoxikace. Na základě oslovení projevíli zájem o účast při výzkumu 2 muži a 1 žena. Ani jeden z respondentů v minulosti Drogotoč nehrál, ani o hře nikdy neslyšel.

### **3. 6. Etika**

Etiku výzkumu jsem ošetřil následovně:

- s respondenty a respondentkou byl učiněn ústní informovaný souhlas. Obsah souhlasu viz příloha.
- v bakalářské práci budou jména respondentů a respondentky změněna. Budou také vynechány či pozměněny faktické údaje, jež by mohly vést k jejich identifikaci.
- z výzkumu budou zveřejněny pouze takové informace, které úzce souvisí se zaměřením práce
- s ohledem na emoční bezpečí, budou respondenti a respondentka srozuměni s tím, že budou moci v průběhu výzkumu od hry odstoupit
- s ohledem na soukromí při výzkumu, bude zvolen takový prostor, jež dostatečné soukromí zajistí

### **3.7. Drogotoč – popis metody**

Drogotoč může být klasifikován jako direktivní terapie hrou, kde dochází setkání s klientem u herního pole. Drogotoč je symbolizací světa uživatelů nelegálních drog. Hra klientovi nabízí situace, které společně s terapeutem prožívá. Drogotoč je silná technika, jež se dá lehce začlenit do běžné práce terapeuta, stává se tak využitelným nástrojem v práci s uživateli drog.

Hra je pro 2 až 4 hráče (1 pracovník – 1 klient, 1 pracovník – 2,3 klienti, 2 pracovníci – 2 klienti)

**Doba hraní:** 50 minut (dva hráči), 90 minut (více hráčů)

**Pomůcky:** hrací pole, šesti stěnná hrací kostka (max. možná hodnota je 6 - hráč hází pouze jednou, když padne šest, nehází se podruhé, hodnoty se nesčítají), figurka na hraní (může být předurčená či hráč může hrát nějakou osobní drobností, jež má momentálně u sebe), kartičky Šance, kartičky Události, kartičky Pecka, kartičky– Peníze, kartičky s obrázky různých profesí (více viz v příloze č. 1), tužka a papír na případné poznámky

### 3.7.1. Symbolika jednotlivých kol

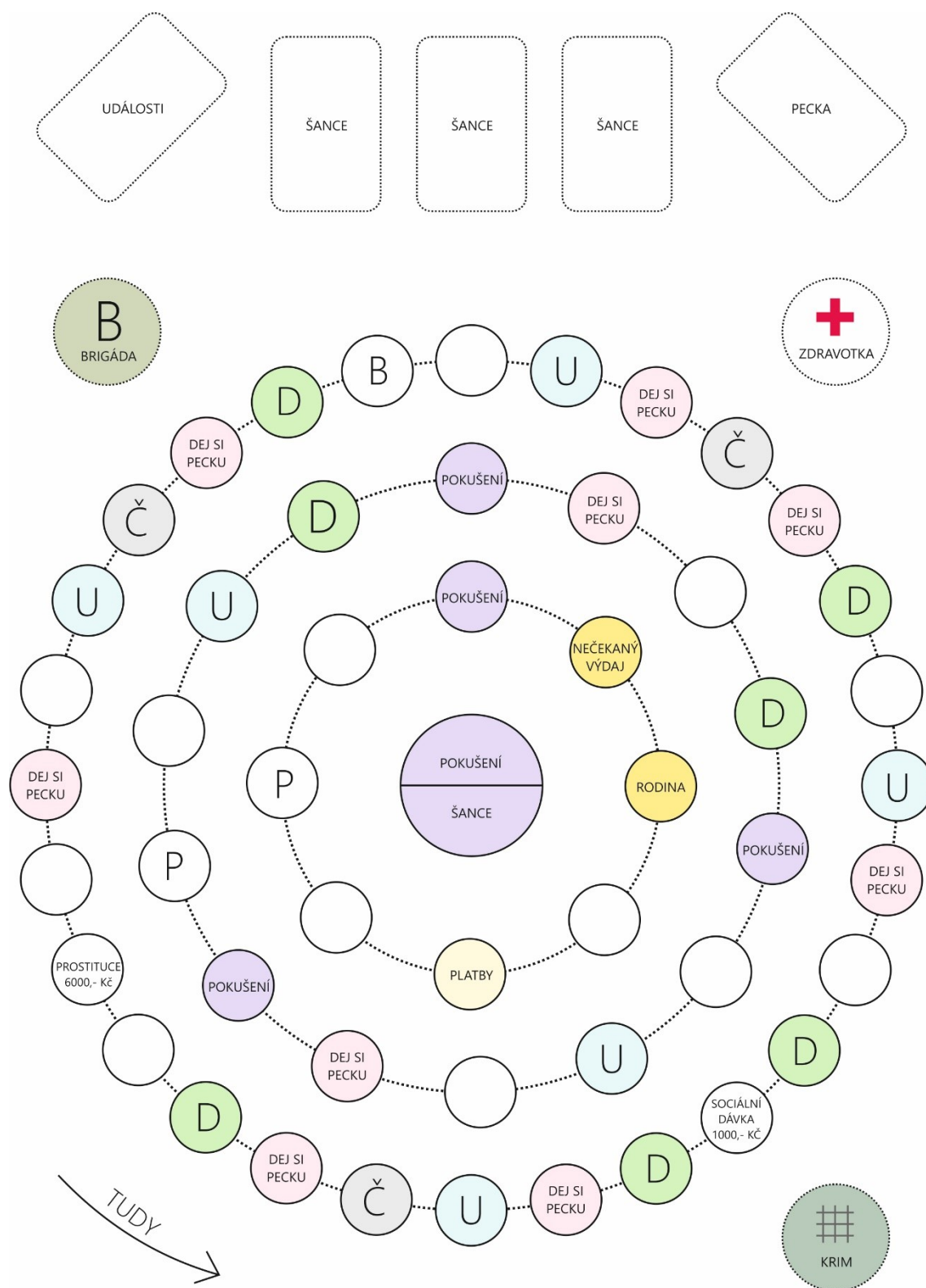
**1.kolo** - toto kolo je pojmenováno STARÉ ČASY a symbolizuje život uživatele návykových látek v předuvažovací fázi. Je to vnější kruh, kde se hráč setkává s častým Dej si pecku, Dealer, Čórky. Vyskytuje se zde Událost, Brigáda, Prostituce. Toto vše symbolizuje svět drog a neustálé opakování se některých dějů.

**2.kolo** - druhé kolo je kruh symbolizující uvažování o změně a první pokusy o změnu. Je tu méně časté Dej si pecku – myšleno spíše v rovině lapsu. V tomto kole si může hráč najít práci a potkáva pokušení (spouštěče bažení).

**3.kolo** - třetí kolo je symbolem udržení změny a života bez drog, jež ale nemusí být růžovou zahradou. Kruh třetího kola symbolizuje základní existenční záležitosti všedního života – výdělky financí a různé platby a s tím spojené spouštěče.

**Střed** -střed symbolizuje nikdy nekončící cestu abstinence. V tomto kruhu splývají dvě políčka v jedno a to Pokušení a Šance.

Obrázek 1 Grafické zpracování herního pole Drogotoč. D - dealer, U - událost, P - práce, Č - čórka



Zdroj: Autor

Popis jednotlivých políček v daných kolech, políček mimo kola a další související pravidla o začátku, průběhu a závěru hry viz příloha č. 2.

Fotodokumentace hracího pole s pomůckami a jednotlivých pomůcek viz příloha č. 3.

### **3.8. Kazuistiky práce s metodou Drogotoč**

#### **3.8.1. Kazuistika č.1: Jiří**

##### **Revize případu**

Jiří, 24let, je klient K-centra Pardubice. Využívá především výměnný program a poradenství. Pervitin užívá od 19 let. Epizody abstinence střídá s epizodami užívání pervitinu. Když užívá, užívá tak, že odejde od partnerky, žije u kamarádů, zanedbává povinnosti a preferuje drogu před ostatními zájmy. Užívá do chvíle, kdy je vyčerpaný a strach z problémů s užíváním spojených se nedaří pervitinem eliminovat. Je zaměstnaný. Pracuje samostatně, čímž je mu umožněno užívat pervitin v zaměstnání. Žije s partnerkou u jejích rodičů. Otec partnerky je dlouholetý pravidelný uživatel alkoholu s projevujícími se agresivními tendencemi. Sestra partnerky je fyzicky a mentálně ustrnulá ve vývoji. V období neužívání má Jiří výrazné bažení, které se mu daří zvládat díky pocitu ohleduplnosti k partnerce a její matce. Udržuje úzký kontakt se svým otcem. Když neužívá, chodí do K-centra Pardubice s pracovníky hovořit o svém bažení, obavách a problémech.

##### **Průběh hry**

Chvilé setkání s Jiřím. Cítím, jak jsem nervózní z realizace hry, zároveň vnímám napětí, adrenalin, jež ve mne probouzí živost. Snažím se myslet na tolik věcí najednou, zda hra Jiřího zaujme, či zda se vzhledem k cílené práci nebudu moc hlídat. Jiří vypadá uvolněně a já začínám s vysvětlováním pravidel, částečně, obecně. Seznámení s pravidly je vždy stejné. Nejlepší je vysvětlit jednoduchý princip hry a jednotlivá pravidla vysvětlovat v průběhu hry v rámci vzniklých situací. Jiřímu nabízím, že budu hrát s ním, že budu druhý hráč. Souhlasí. „Máte u sebe něco osobního, co by mohlo sloužit jako figurka?“ Jiří prohledává kapsy „Mám, mám zapalovač.“ „Dobrá, klidně může být. Já použiji prsten.“ Vzpomínám, jak jsem se dříve s hráči Drogotoče věnoval symbolice předmětů, s nimiž hrají, v tuto chvíli se však necítím komfortně, nechávám to tedy být. Ještě jsem nervózní, z čeho? Ano, mám na sebe silný nutkavý nárok, aby se to celé povedlo...”

První hod kostkou a Jiří stoupá na pole „Prostituce“. Nervozita ustupuje stranou a na její místo nastupuje racionalita „Buď tady, to je nejlepší co můžeš udělat, buď tady, pozoruj a uvidíš, co se bude dít.“ uklidňuji sebe sama. Vysvětluji Jiřímu pravidla ohledně políčka, na kterém stojí a Jiří reaguje „Pokud si můžu vybrat, rozhodně do toho nejdu.“ „...Slyšel jste někdy o lidech, jež poskytují tyto služby s cílem získání peněz v souvislosti s drogami?“ „Kámoš, kámoš to dělal za peníze, za které jsme nakupovali. Mě to bylo v tu dobu jedno, že to dělá, byl jsem na ulici a šlo mi o to dát si a mít si co dát. Měl jsem svůj zdroj finančních příjmů, on peníze získával takto. Bral jsem to tak, že je to jeho věc. Šlo mi o ty peníze. Bral jsem pak od vaříče za víc peněz, takže jsme měli výhodu. Nakonec jsem si nechával i trochu něco navíc pro sebe.“ Jsem překvapen otevřeností ze strany Jiřího. Ano, otevřenost vítám, zároveň jsem tu od toho, abych pomáhal držet hranice v sebeodhalení, jež může být zraňující či vyvolávající stud. „Přišel jste někdy do kontaktu s dívkou, jež by poskytovala sexuální služby s cílem zisku dávky?“ plynule pokračuji otázkou a již se částečně

cítím být ve své kůži a naslouchám odpovědi Jiřího „to jo, často, ale v tu dobu mi to bylo jedno. Teď když chvíli neberu, tak se na to koukám jinak, nechápu to, nechápu, jak jsou schopny s nimi jít třeba za čáru. Když беру, tak je to jako bych se změnil v někoho jiného. Když беру tak je mi jedno, co kdo dělá. Třeba myslím na rodinu, ale je mi jedno jestli je jim po mě smutno. Teď, když jsem čistej, tak je pro mě těžké vidět blízké, když se třeba trápěj.“ Pozoruji Jiřího, mluví otevřeně, ale tělo jakoby hovořilo o tenzi. Je v tenzi, zároveň mluví o jasné hranici, o jasném postoji k prostituci, o tom, že by do toho nikdy nešel. Je přesvědčivý. Myslím na to, že hra teprve začala a už tady mluvíme o prostituci. Není takovéto téma pro začátek příliš, neodradím ho? Mohl bych se doptat, zároveň je to první hod kostkou, první krok ve hře a není potřeba být více času na jednom místě. S vírou, že bude možnost toto téma otevřít ještě jednou, vrhám kostkou a jsem rád, že jsem postoupil na prázdné pole.

Jiří postupuje na pole „Dej si pecku“, zvolna vysvětluji, co to znamená, jak se ve hře „aplikuje“. Vědomě potlačuji potřebu hovořit na téma pocitů s dáváním pecky spojených, zároveň se vědomě umírňuji tím, že ještě bude mnoho příležitostí a není potřeba hned po té prostituci rozebírat zážitky spojené s dáváním si dávek. Postupuji hrou dál, dávám si pecku, Jiří jde na prázdné pole. Následně se Jiří postavil na pole „Čórka“, vysvětluji princip tohoto políčka a doptávám se na životní zkušenost s krádežemi. „Kradl jsem. Když jsem byl na ulici a bylo mi ouvej, tak jsem kradl. Kradl jsem jen kvůli drogám, abych měl na dávku. Využíval jsem k tomu další lidi, smažky, který už na tom byly hodně špatně. Něco jsem jim za to dal, většinou na čáru. Jeden z nich na tom nebyl psychicky dobře, v mládí snědl asi sto houbiček a hráblo mu z toho. Ten pro mě dělal překupníka, ani nevěděl, jak se jmenuje. Teď mi to přijde šílený, ale v té době mi to přišlo normální, jako bych měl vypnuté kritické myšlení. Bylo mi to jedno, prostě jsem potřeboval peníze, tak jsem si je zařídil. Teď se za to stydím, ale беру to tak, že to bylo, ale stydím se za to. Doufám, že už se mi to nikdy nestane, že nebudu nucen krást.“ „Doufáte, že nebudete už nikdy krást, jaké to je připomenout si to takto v rámci hry?“ „Je to nepříjemný, už se tam nechci vracet, kradli jsme třeba motorové pily, stydím se, ale nevdá mi o tom mluvit.“ „Děkuji, můžeme hrát dál?“ „Jasně.“ Hraji, přemýšlím o Jiřím a o životě, který žil a žije, přemýšlím o tom, jak život s drogami ovlivnil jeho charakter, dělal věci, které jsou pro něj v tuto chvíli nepředstavitelné.

Přicházím na řadu a hod kostkou mne dovedl na políčko „Dej si pecku“. Dávám si pecku a je označena jako Zlatá. Zachvátil mne pocit úzkosti, začal jsem se potit a potřeboval jsem se trochu pohnout, protáhnout nohu, ruku „Pane jo, zlatá“. Vidím, jak na mne Jiří kouká s vyvalenýma očima, vypadá překvapeně, možná vyděšeně „Hra pro mě končí, zlatá znamená smrt.“ „To vím...“ „Setkal jste se Jiří s úmrtím následkem předávkování?“ „Nesetkal, to ne, ale museli jsme volat záchranku, když se jeden kámoš přestřelil. Měli jsme tehdy strašně strach. Mě se jednou stalo, že jsem si natáhl rovnou z čerstvého varu. Měl jsem tmu před očima a seděl jsem na schodech. Kámoš mi řekl, že tam sedím už půl hodiny, bylo mi strašně zle, pumpovalo mi srdce, lehl jsem si a strašně dlouho jsem koukal na nebe a mraky, bylo mi strašně zle.“ pozoroval jsem Jiřího, jak si k hrudi přimyká pevně sevřenou dlaň a následně máchá rukou do prostoru a gestem naznačuje rychle plynoucí mračna. „To jste měl asi namále, že?“ „Myslím, že jo.“ „Vytáhl jsem si zlatou. Víím, že to je jen hra a přesto mi to není příjemné.“ Cítím nutkání vrátit se do hry, zaobalit to, že bude lepší, abych byl ve hře i druhý hráč, zároveň víím, že je důležité dostat tomuto pravidlu hry, že je tam dané naschvál a ze zkušenosti víím, že každý, kdo „umře“ se chce vrátit zpět. „Od teď budete hrát sám, já budu pouze takový koordinátor.“ „Dobře.“

Jiří hází kostkou, dává si dávky, nakupuje od dealera, opět se postaví na pole „Prostituce“, jež komentuje slovy „fuj to fakt ne“ „zdá se, že v tom máte jasno“ „to mám a vždycky jsem měl“ „Byla vám třeba někdy nabídnuta možnost takto vydělat si nějaké peníze?“ „Ne, to ne, nikdy, ani od toho kámoše, co to dělal.“ Hra pokračuje a Jiří stoupá na pole „Událost“. S napětím očekávám, co Událost přinese a skrytě doufám, že půjde o nějaké hlubší téma. Dostal peníze. Trochu zklamán, nekomentuji a nedoptávám, se, vždyť není potřeba využít každíčkou část hry, cílem není zahltit. Jiří dále hází kostkou, pohybuje se po jednotlivých polích, až opět dojde na pole „Událost“ která ho posílá do „Krimu“.

„Nikdy jsem ve vězení nebyl, ani nemám žádný záznam, dluhy, nic, vždycky jsem si toto hlídal. Asi jsem měl štěstí a už ho nechci pokoušet znova, nechci se do toho světa vracet a riskovat, že by se stalo něco, co by mě přivedlo do kriminálu.“ Výstup z „Krimu“ je ve hře přes karty „Šance“. Vysvětluji Jiřímu, jak to ve hře funguje a jak to souvisí s realitou. Proč je to tak, jak to je. Jiřímu to dává smysl a volí z karet „Šance“. Vytáhl si „Myšlenku“ postupuje tedy do dalšího kola a já se připravuji na doptávání se v duchu teď a tady. „Jaké to je, přesunout se z tohoto světa“ ukazují rukou na vnější kruh na hracím poli „do světa, který nabízí jiné možnosti?“ „je to příjemné, už jsem tam nechtěl být, necítím se tam dobře.“ Jiří hodí kostkou a vzápětí stoupá na políčko „Práce“. „Vy máte ale štěstí.“ „Myslím, že i v životě jsem měl a mám hodně štěstí.“ Podávám Jiřímu kartičky vyobrazující různé profese a jsem zvědavý, kterou si zvolí „Pás ne, tohle ne, počítače nechci, kancelář ne, u pásu ne, tohle by šlo...“ odkládá si kartičku s obrazem farmáře hledícím kamsi do polí a listuje dál „Vezmu si tohle, dřevo.“ „Dřevorubce?“ „Jo, je to práce co mě hodně baví, dělám to jako brigádu, mám to moc rád.“ „Odložil jste farmáře.“ „Jsem rád venku, mám rád zvířata, klidně bych dělal i takovou práci.“

Začínám být nervózní s ohledem na čas, který uplynul a kolik ho zbývá. Přijde mi, že hře něco chybí, nějaká živost. V tu chvíli Jiří stoupne na pole „Pokušení“. Vysvětluji, o co jde. Jiří pokyvuje hlavou a dává najevo, že tomu velice rozumí. „Nechce se mi zpět, tam, tam do těch starejch časů.“ Hluboce se nadechl, vytáhl si kartičku „Staré časy“, která ho posílá zpět do vnějšího kruhu. „Myslel jsem, že už tam zůstanu.“ „Zklamání?“ „Ano.“ „Přicházíte o práci, ta ve Starých časech nemá moc místa.“ „Když jsem měl období, kdy jsem bral nejvíc za celou dobu, tak jsem nepracoval, to nešlo dohromady, to je jasný.“ „Jaké to je, být tu zpět? Tady ve Starých časech.“ „Nepříjemný, myslel jsem si, že už to mám za sebou.“ Opět následuje sled kroků přes „Dej si pecku, Dealery, Prostituci“... „Stále to samé, že?“ „Je to divný, ale je to vlastně tak, když berete tak je jenom to jedno a nic jiného Vás v tu chvíli stejně nezajímá.“

Jiří postoupil na pole „Brigáda“ vysvětluji pravidla a opět se dostává na kartičky Šance. Vztahuji téma k profesní zkušenosti z historie a tím k realitě, Jiří vypadá překvapeně a tahá si z karet. „Myšlenka.“ „Uf, to jsem rád, chci se posunout dále.“ Podařilo se mi zklidnit sám sebe, čas plyne, hra taktéž, Jiří je očividně hrou zaujatý a je otevřený k hernímu dění. Hraje si, zároveň přemýšlí. Hovoří o svých zkušenostech a o prožívání tady a teď. Opět „získal práci“ a peníze a záhy postup na „Pokušení“. „Jiří, vypadá, že máte opět možnost postoupit ve hře hlouběji, zůstat na místě nebo se vrátit do starých časů.“ „Ve starých časech se necítím dobře, ani tady to není ono, asi jsem v tuto chvíli blíže středu.“ Jiří si vytáhl kartičku „Myšlenka“, což ho přivedlo do fáze hry „bez drog, bez dealerů“ ale stále s pokušeními a s prací a všemožnými finančními výdaji. Jiří se záhy „střetl s Pokušením“ a v tuto chvíli je ve středu hry, jež je pomyslným cílem. „Jiří jste v pomyslném cíli hry, je to jako v životě se závislostí, víceméně nemáte vyhráno, neustále Vás potkávají pokušení. Udržte

myšlenku nebo se vrátíte do Starých časů.“ Jiří si tahá kartu „Ach jo, Staré časy.“ „Vidím, že návrat do Starých časů je pro Vás nepříjemný, zažíváte opětovné zklamání, bohužel nemáme čas ve hře pokračovat. Kdybychom měli čas, hra se hraje dále.“ „I když je to hra, je to opravdové.“ „Jaké to pro Vás bylo, hrát hru na takovéto téma.“ „Překvapující, nikdy jsem nic takového nehrál“ říkám si, že ani nemohl a držím na uzdě potřebu se vytáhnout „je to hodně reálné“ „Co Vám přišlo nejreálnější?“ „Asi ty Čórky, že si můžete vybrat, a když chcete moc, může to dopadnout špatně, ale i to se dá obrátit v dobré.“ „Vybavovaly se Vám nějaké vzpomínky?“ „Hodně, vlastně furt, hodně situací, na které jsem zapomněl se mi připomínaly, nebylo to příjemné, myslel jsem, že je to za mnou. Budu nad tím ještě hodně přemýšlet. Děkuji.“ „Také Děkuji“

### **Komentář**

Jiří byl velice sdílný, což posilovalo mou tendenci více se doptávat. Zároveň jsem tuto tendenci tlumil, neboť se víceméně dá komentovat vše, co se ve hře děje a ve všem se dá hledat nějaká souvislost. Při sepisování kazuistiky jsem si všiml míst, kde jsem viděl možnost, jak jsem mohl v dané chvíli reagovat. Například situace se symbolickým úmrtím, kdy jsem nemluvil o tom, co prožívám. Možná jde o mou nezkušenost, možná jsem byl nervózní, zaskočen. Věřím, že zkušený terapeut, by dokázal takové chvíle dobře využít. S odstupem času bych situaci využil k reflektování vlastního prožívání a fantazií. Například „Je mi to nepříjemné, jako bych měl strach ze smrti. Chci se vrátit do hry, ale nejde to. Mám chuť změnit pravidla hry, a odlehčit si tak.“ Také bych se více doptával „Jaké to je, vidět v důsledku užívání umírat někoho, koho znáte?“ Na druhou stranu, možná je i toto forma, jak se může pracovník učit uvědomování si sebe sama a vhodně uvědomělé obsahy vyjádřit.

V kazuistice lze spatřit momenty, kdy jde o prvky motivačních rozhovorů. Příkladem může být situace, kdy Jiří přechází z jednoho kola do druhého a vyjadřuje sebemotivační prohlášení „Uf, to jsem rád, chci se posunout dále.“ nebo „Nechce se mi zpět, tam, tam do těch starejch časů.“, v podobném duchu je prohlášení „je to příjemné, už jsem tam nechtěl být, necítím se tam dobře.“ Při hře se také podařilo dostat na úroveň vědomí zapomenuté události z minulosti, o čemž Jiří hovoří v závěru kazuistiky.

Z kazuistiky můžeme vyčíst, že Jiří o sobě přemýšlí jako o člověku, který usiluje o životní změnu a nezdary, v souvislosti s touto změnou, jsou pro něj zklamáním. Cítí se být mimo svět drog, zároveň si je vědom své minulosti, kterou nepopírá. Jiří v některých postojích působí pevně a rozhodně.

Pokud bych s Jiřím pracoval kontinuálně, snažil bych se z hraní Drogotoče využít situace opětovných zklamání spojených s úsilím o udržení změny. Stejně tak lze využít pozitivních pocitů, jež se objevovali s možností se ve hře posunout dále. Tyto situace by se mohly použít jako přirovnání, k posilování rozporu, k vystižení ambivalence a celkově k posílení motivace. Výsledek společné práce by mohl být, že v reálném světě bude u Jiřího díky naučení a pochopení z Drogotoče docházet k uvědomování si aktuálního prožitku spojeného s danou situací a vyhodnocení k čemu a k jakým prožitkům ona situace směřuje. Cílem by tedy mohlo být uvědomování a s tím spojená možnost změny.

### **3.8.2. Kazuistika č.2: Bohdana**

## Revize případu

Bohdana, 23 let. Do K-centra dochází od září 2017. Bohdana je z pěstounské rodiny, má dvě děti, jež jsou v péči otce. Pervitin užívá deset let, nitrožilně. V dubnu 2018 měla toxickou psychózu. Bohdana žije na ulici, přespává ve vagónu či v garáži. V současné době má partnera. V K-centru využívá především výměnný program a sociální služby typu hygienický servis a praní prádla.

## Průběh hry

Drogotoč s Bohdanou začínám vyprávěním o historii Drogotoče, chodí totiž s mužem, jež byl přítomen vzniku této hry. Bohdana má potřebu mi tento fakt sdělit a já nemám problém hovořit o vzniku hry. Všímám si její roztěkané pozornosti, poposedává na židli a celkově se jeví neklidně. „Pravidla jsou jednoduchá, ale je jich hodně, budu Ti je říkat během hry, pro začátek stačí vědět, že když se postavíš na pole Dej si pecku tak si musíš dát.“ „A máte tady pořádný pecky?“ „No, myslím, že jsou pořádný, co je vlastně pořádná pecka?“ „To co v Pardubicích chybí“ „Aha, máš u sebe něco osobního, něco co by mohlo sloužit jako figurka?“ „Jo, mám, mám botu.“ Bohdana radostně vstává a ze zipu batohu odpíná přívěšek, barevnou hadrovou miniaturu tenisky. „Já budu hrát prstenem.“

První hod kostkou a Bohdana stoupá na pole Dej si pecku. Vysvětluji jak se ve hře „aplikuje“ a dodávám, že někde v kupičce pecek, které se ve hře točí je pecka, jež je označena za Zlatou. Vidím, jak se na mne Bohdana kouká trochu překvapeně „Znáš pojem zlatá?“ doptávám se. „Jasně, to je, když si dáš vzduch.“ „Nebo když se přešvihneš a nedá to srdce...“ dodávám. „Hm. Tak bych chtěla umřít, ale při sexu. Pořádně se napálit a ještě si u toho pořádně...“ Bohdana se směje a dává si pecku dle pravidel Drogotoče „jé, mně to nic nedělá.“ „Však je to hra.“ Bohdana rovnou dále hází kostkou. Postupně jak stoupá na jednotlivá pole, vysvětluji, co znamenají a jak se ve hře uplatňují. „Když se postavíš na pole Čórka, tak se můžeš rozhodnout, jestli budeš čórovat, či nikoliv.“ „Už nečóruju, bojím se.“ „Co se stalo, že se bojíš?“ „Změna v zákoně.“ „Změna v zákoně?“ „Když ukradneš něco do pěti tisíc, pouští tě, ale sčítá se to. Takže když by mě víckrát chytli, všechno by sečetli a že už jsem něco nakradla. Chybí mi málo, aby mě zavřeli.“ Přiznávám neznalost v této oblasti práva a děkuji za ponaučení.

Postupně se s Bohdanou proplétáme úvodním kolem. Komentuje všechna pole, doptává se. V doptávání a komentářích vynechává pole Prostituce. Všímám si toho, ale nechávám to být. Rozebírat téma prostituce necítím v tuto chvíli jako bezpečné a vhodné. Chci Bohdanu u hry udržet, ne ji odradit.

Bohdana hlásí „Událost.“ uvědomuji si, jak jsem napnutý očekáváním, co za podnět událost přinese. Vyprávím Bohdaně o tom, že některé příběhy v Událostech jsou ze života klientů, jež byli u zrodu hry a přispěli svým zážitkem. Vypadá, jako by ji mé vyprávění nezaujalo a nahlas čte poselství události „Všechno je fajn, nic se neděje, vše je podle tvých představ, pokračuj normálně dál...“ „Je v životě všechno podle tvých představ?“ nadávám si za tak nevhodně položenou otázku a zároveň plně vnímám odpověď Bohdany „Jak kdy a jak co...“ Vidím u Bohdany unavený, možná znuděný výraz. „Chybí mi tady Dej si jointa.“ „V jakém smyslu?“ „Třeba se na tři kola odstavit a jako si dát jointa.“ „Děkuji za podnět.“ odpovídám a přemýšlím o této poznámce. Říkám si, zda v životě, když dojde do fáze, kdy se nudí, užívá více konopí a „odstaví se“. Bohdana si mezi tím zvolila „nenastoupit“ na Brigádu, s tím, že to nemá cenu a záhy se setkala s Událostí „...kámoška Tě uvedla



jako spoluviníka. Co si budeme povídat, většinu hodila na Tebe.“ „Je to něco co se Ti někdy stalo? Myslím to, že by na Tebe někdy něco hodil a ty jsi z toho měla problémy?“ „To víš, že jo.“ Bohdana si povzdechla „...a ne jednou.“ „Něco takového se Ti v životě stalo?“ „Jo, stalo. A takže mám jít do Krimu jo?“ vysvětlují pravidla Krimu a připomínám hledisko některých klientů, jež vnímají výkon trestu jako možnost životní změny. Jako možnost přestat užívat a po propuštění začít nový život. Bohdana nesouhlasí „ K drogám se v kriminále dostaneš snáz než tady venku.“ „O tom jsem neslyšel.“ „Policaři toho mají haldy naskladněného a tam to prodávají.“ „Nejsem si jistý, zda tomu tak je.“ pomyslně tahám za ruční brzdu. Bohdana jde do odporu. Nemá smysl se přit o takovém tématu. „Respektuji tvůj názor, jen, nikdy jsem o tom neslyšel.“ V Bohdaně se opět se probouzí život a hravost. Těší se, že by se mohla z Krimu posunout do druhého kola, což se jí následně povedlo a projevila velikou radost a nadšení „Zdá se mi, že z posunu máš velkou radost.“ „To mám, tam už byla nuda.“

Stále hraji a stává se mi, že velmi často stoupám na pole Dej si pecku nebo Dealer. Bohdana to komentuje slovy, že jsem pěkně velká fetka, spolu se tomu smějeme. Mám radost. Cítím, že ač se vidíme poprvé, a to jen několik minut, jsme v kontaktu. Bohdana stoupá na pole „Pokušení.“ „Co to je?“ „Když někteří lidé přestávají brát, tak se průběžně setkávají s různými pokušeními. S pokušeními, jež vedou k chuti dát si.“ „To je jasný, prostě pokušení“ Bohdana si tahá z kartiček Šance a doufá, že se udrží v kole, kde se těší, že si najde práci. „Staré časy.“ „Sakra! To je nefér, zase zpátky!“ Vědomě jsem se rozhodl v této chvíli nechat běžet dynamiku hry, nějak se nedoptávat, nekomentovat. Nechat prostor ať může hra více působit, zároveň stále zůstávám v kontaktu a pokud možno co nejvíce přítomen. Uvědomuji si, jak mne do jisté míry tříští pozornost vědomí, že jde o výzkum, o pozorování, dělám si poznámky a chci si co nejvíce zapamatovat. Přijde mi, že to ruší mou spontaneitu.

Přemýšlím, jakou zprávu mi vysílá mé tělo, je klidné, chodidla se pevně dotýkají země, na židli jsem pohodlně usazen, ruce volně položené v klíně. Volně dýchám. Soustředím se. Pozoruji Bohdanu, říkám si, že živost, kterou předvádí, není úplně opravdová, spíše mi přijde, že se nudí. Opravdovost Bohdany vnímám až ve chvíli, kdy ji do hry vstoupila Událost „Potakala jsi lásku svého života, Nebere. Váháš, jestli Starý časy nebo Myšlenka.“ „No konečně mám možnost se posunout. Paráda, povedlo se.“ Bohdana nadšeně vstupuje do druhého kola, do kola, jež symbolizuje kontemplaci. Bohdana hodí kostkou, a aniž postoupí „figurkou“ botou sdělí mi, že je to nuda, vstává od stolu, odchází od hry a jde si od pracovníků K-centra vyžádat erární lak na nehty. Tento akt mne k mému podivu nevyvádí z míry, naopak, mne vede k uvažování ve smyslu dynamiky procesu. Uvažuji o hypotéze, že se děje něco, co je pro Bohdanu potřeba zastínit lakováním nehtů. Nebo se prostě nudí, což se také může stát. Bohdana si sedá zpět ke hře, hraje a u hry si lakuje nehty.

Další Událost posílá Bohdanu na obecně prospěšný práce. „Musíš na pole Brigáda, budeš tam stát tři kola a nedostaneš zaplacené.“ „To je hnusný, nespravedlivý, to je nefér.“ Já se mezi tím plahočím ve Starých časech. Bohdana se vrací do hry, Dej si pecku. „Moc mě to brání nebaví. Tady v Pardubicích není dobré matro.“ Bohdana začala sama od sebe vyprávět a u toho si stále lakuje nehty „čekám na pořádnou dávku, něco co mě probudí. Tady to není. Většinou toho pak nechám. Neberu furt. Mám třeba i půl roku pauzu. Vždycky, když už mě to začne štvát, tak toho nechám. Pak hulím trávu a pařím.“ „Takže jsou chvíle, kdy tě brání nebaví a dáš si od toho pauzu.“ „Stejně mi to už nic nedává.“ „Možná ti to něco dává, když to stále bereš, vracíš se k tomu.“ „Ani mi vlastně nejde o to matro, stejně tady v Pardubicích nic pořádného neseženeš. Jde mi o tu jehlu, vpich

mě uklidňuje.“ „Jsou chvíle, kdy potřebuješ klid, uklidnění.“ „Jo, buď mě to uklidní, nebo naštve. Třeba mě štve, když se nemůžu nastřelit. Dávám si třeba tři hodiny a nemůžu si dát. Nebo to zkouším celou noc a stejně se to nepovede. Víš, kolik už jsem toho vystříkla? To jsem pak pěkně naštvaná.“ Vnímám, jak se proměnila atmosféra. Bohdana velmi zpomalila v pohybech. Cítím jak mne k sobě pouští blíž. Zastavila se hra a Bohdana vypráví. Neudrží oční kontakt, lakuje si nehty a plynule hovoří. Cítím intimitu, dovolení přiblížit se a v hlavě mi zní hypotéza o laku na nehty jako o prostředku zastínění něčeho co se Bohdaně dělo...

Po chvilce vyprávění se Bohdana na malý moment odmlčí a z ničeho nic se vrací do hry s živostí jako v předchozí části hry. Bohdany následující krok na Pokušení ji vrací zpět do Starých časů „Ach jo, to je nuda, nemůžeme toho už nechat?“ Napadá mne dotaz na to, co jí nudí, co je na hře tak vyčerpávající. Místo toho volím odpověď „Ano. Můžeme, však jsem na začátku říkal, když už nebudeš chtít dál, zastavíme to.“ Cítím, že hra je náročná i pro mne, možná je ukončení hry vykoupením i pro mne samotného. Bohdana se zvedá od stolu, rychle se ji snažím pozdržet „Prosím, vydrž ještě moment. Jaké to pro Tebe bylo, hrát takovou hru?“ „Dobrý, fakt dobrý, zajímavý.“ „Co je na ní dobrý, zajímavý.“ „Že je to fakt jako doopravdy. Ty Čórky a samý Dej si pecku. Všechno je jako doopravdy.“ „Jak bys pojmenovala to vše co se tu dělo, co se dělo při hře. Jaký bys tomu dala nadpis?“ „Koloběh života. Nekonečný příběh.“ „Děkuji.“ „Taky děkuji“

### **Komentář**

Bohdana ve mne vyvolala rozpor v mínění o její osobě. Její chování bylo živé a to jak pohyby, tak hovor. Zároveň často zmiňovala, že se nudí. Tento fakt nebyl pro mne jako pro pracovníka lehký. Bohdana ve mne vzbuzovala potřebu jí více bavit, dělat hru více atraktivní a celkově vyvolávat veselí. Toto je patrné z popisované interakce, kdy mne Bohdana označuje za „fetku“, oba se smějeme, což popisují jako klíč k sblížení se. Chvilí po této interakci dochází, za důležitých okolností, k exploraci intimního obsahu o potřebě klidu, jež Bohdana získává vpichem jehly.

Vzhledem k motivačním rozhovorům zmíním Bohdanin výrok „Moc mě to braní nebaví.“ Bohdana v úvodní části hry hovoří o tom, že by bylo vhodné doplnit první kolo o pole „Dej si joint“, což by symbolizovalo zastavení se, zklidnění. S postupem hry Bohdana začala vyprávět o fázích užívání v časech, když jí braní nebaví, nebo cítí, že je toho už příliš, vysadí pervitin a uchýlí se k užívání marihuany.

Bohdana často zmiňuje pocit nudy a události, jež komplikují představu o změně, v ní vyvolávají pocit, že to co se děje není spravedlivé. Domnívám se, že tento postoj se odráží v pojmenování hry jako koloběhu života a nekonečného příběhu. Koloběh, který Bohdanu nudí. Hra s Bohdanou končí ve chvíli, kdy se vrací zpět do prvního kola. Bohdana děj komentuje slovy „Ach jo, to je nuda, nemůžeme toho už nechat?“ V rámci motivačních rozhovorů by v návazné práci bylo možné hovořit o rozporu pocitu nudy a pokračování v užívání.

Dále by se mohla v navazující práci využít pracovníkova potřeba Bohdanu zabavit. Tento jev by mohl být využit ke konfrontaci ve smyslu odpovědnosti za vlastní uspořádání života. Možná Bohdana očekává, že jí budou druzí bavit, budou zodpovědní za to, zda se ona nudí či ne. To samé očekává i od pervitinu. Cílem práce by bylo převzetí odpovědnosti za nudu, jež prožívá a za její zvládnutí. V podobném duchu by mohla být využita hypotéza, jež se z hry nabízí: Náročný život s pervitinem

je jednou za čas přerušen potřebou klidu. Klid se následně změní v pocit nudy, jež přechází v potřebu být někým zabavena – ze zkušenosti pervitinem.

### 3.8.3. Kazuistika č.3: Adam

#### Revize případu

Adam, 36 let. Do K-centra dochází od května 2007. Užívá Subutex, nitrožilně. Adam v K-centru využívá především výměnný program. U výměny se pozdrží a rád s pracovníky hovoří. Často mluví o pocitu osamělosti. V minulosti se pokusil o sebevraždu. Má stabilní zaměstnání a pronajatý byt.

#### Průběh hry

„Dobrý den, Adame, zdá se mi, že jste unavený.“ „Jsem, dnes jsem do práce vstával ve tři hodiny ráno.“ Adamova únava je zřejmá. Je jedna hodina odpoledne. Děkuji Adamovi, za ochotu účastnit se Drogotoče únavě navzdory. Jsem ujištěn Adamovým zájmem o hru. Pro začátek představuji základní pravidla hry, zejména ty, jež se týkají prvního kola. Adam je velice chápavý a se začátkem hry nechce otálet. Adamovou osobní věcí, co poslouží jako figurka pro hru, je zapalovač. Reaguji na tento fakt a dozvídám se, že zapalovač si Adam dlouhá leta přál. Je za vysokou pořizovací cenu, a tak Adam s jeho koupí otálel. Jednoho dne se rozhodl zapalovač koupit. Učinil tak, ale po krátké době se mu porouchal, reklamace nebyla možná, oprava taktéž. Nakonec díky bazaru sehnal funkční model za patnáct korun. Očividně je Adam na svůj zapalovač hrdý. Oceňuji jeho patinu, Adama můj zájem očividně těší.

Rozdávám karty „Dej si pecku“ a „Peníze“, Adam dodává, že je škoda, že to není opravdové. Myslím tím jak dávku, tak peníze. Dozvídám se, že dlouhodobě pracuje jako skladník a závozník, nakládá a rozváží pивní sudy. Práce ho velice baví, říká, že vždycky pracoval, ale co ho nebaví a práci mu znepríjemňuje, jsou vztahy na pracovišti. Kolegy vnímá jako intelektově omezené jedince, kteří na něj koukají skrz prsty, a když mohou, upozorňují vedení na jakékoli jeho pochybení, jež u sebe či druhých přehlížejí. Toto si vysvětluje tak, že je nekonfliktní a nemá zájem se s někým přít. Žije v městském bytě, kde donedávna žil se svým psem, jehož hluboce miloval. Adam přemýšlí o abstinenci, zároveň se bojí. Bojí se jak odvykacího stavu, tak dalších komplikací s tím spojených, jako je např. ztráta pronajatého bytu, či práce v případě pobytové léčby. Ambulantní léčbu zpochybňuje pro nízkou sebedůvěru a dodává: „To víte, když Vám rodiče od malička rvou do hlavy, že jste k ničemu, tak se tam za ta léta něco usadí.“

Takto se Adam uvedl ještě před tím, než jsme začali hrát. Plán hry jsme rozložili na koberci a posadili se na zem. Adam plynule hovoří o svých těžkostech života a souběžně hází kostkou, hra jakoby se ho nedotýkala. Průběžně se doptává na pravidla, jež ochotně vysvětluji. Zdá se mi, že pokaždé co hraji Drogotoč je to jiné, jakoby nové, s každým člověkem specifické. „Jste tu za čistáka.“ Adam komentuje fakt, že ač již několik minut hrajeme a po několika hodech kostkou stále obsazují prázdná pole, což je v rámci hry málo pravděpodobné. Poznámku přecházím stejně jako Adam, jež stále hovoří o různých těžkých tématech svého života. Uvědomuji si, jak mne životní příběh Adama odpoutává od kontaktu se sebou, s hrou. „Událost“, jež je o nálezů peněz Adam komentuje výhrou, jež se mu v minulosti podařila. „Vyhrál jsem sto tisíc, týden na to jsem našel tisícikorunu a za dva

týdny, když jsem jel na kole z práce, tak jsem našel na zemi pět set.“ Rozhovořili jsme se o různých platbách, jež zatěžují Adamův měsíční rozpočet a o dluzích, které již několik let splácí. Pozoruji Adama, vypadá zkroušeně, unaveně. Po celou dobu má na hlavě čepici s kšiletem a spíše hledí k zemi než, že by udržoval oční kontakt. Říkám si, že kdyby tu nebyla hra, asi by se mnoho nezměnilo. Zdá se mi, jakoby Adam hrál mimochodem, spíše hovoří, jakoby byl hodně ve svém světě, o němž podává zprávu ven. Navzdory plynulému vyprávění Adama necítím kontaktní spojení.

„To je dost.“ popisuje Adam přechod do druhého kola. „Byl byste rád někde jinde.“ „To bych rád, jen nevím, jak to mám udělat.“ „Co myslíte, že by Vám mohlo pomoci?“ „Nevím, asi kdybych nebyl sám. Přátele by mi mohli pomoci. Nikdy jsem neměl opravdového přítele, blízkého kamaráda. Mezi uživateli drog nikoho takového nepotkáte. Když jsem měl holku, tak jsem pořád potřeboval sex, to ji odradilo. S takovou silnou potřebou sexu se mnou žádná nevydrží. Navíc mi před půl rokem zemřel pes. Myslím, že by mi pomohlo, kdybych nebyl sám.“ Zatímco házíme kostkou a posouváme se jednotlivých polích, hovoříme s Adamem o přátelství, o politice a o lidech.

Adam působí dost nešťastně, je zklamaný z lidské hlouposti, jež vidí u kolegů v práci, je zklamaný z politické situace a v lidech, se kterými se v životě potkal, se hodně zklamal. Za jedinou blízkou důvěryhodnou osobu považuje svou tetu, s níž se čas od času stýká. Hrajeme Drogotoč a trvá, že často stojím na prázdném poli. Adam opět poznamená, že jsem tu za „čistáka“. Adamova poznámka ve mne vyvolává stud. Stud za můj rodinný spokojený život bez drog. Tento stud mne uzavírá víc do sebe a nejsem schopen reagovat. Z vnitřního zamyšlení mne vytrhává Adam, jež stoupl na pole Událost.

Karta Událost popisuje situaci, kdy klient hovoří s pracovníkem K-centra, což ho přivádí k uvažování nad životem a změnou. „Stalo se Vám někdy, že byste po hovoru s kolegy přemýšlel o abstinenci či o nějaké změně?“ po chvilce odmlky Adam odpovídá, že ne. Rád chodí s pracovníky na konzultace, ale nevnímá, že by se někdy po takové konzultaci hlouběji zamýšlel nad svým životem.

Vzhledem k naplnění času ukončujeme hru. Adam se cítí spíše v centrálním kole, jež symbolizuje svět bez drog, chození do práce a různé platby. „Asi jsem v životě tady, ale s drogama. Nevadilo by mi tady být, ale kdyby to bylo bez drog a mělo to smysl.“ Pro Adama bylo těžké vymyslet pojmenování procesu hry a toho, co se tu odehrálo. Poznamenal, že Drogotoč je dostatečně výstižný.

Společně uklízíme herní pole, uvědomuji si, jak jsem zmatený, jak mne hra s Adamem vyčerpala a zůstává ve mne pocit jakési tíhy. Více uvažuji o Adamově pozornosti upřené převážně do svého nitra a přemýšlím, jakou roli by zde mohl Drogotoč mít.

### **Komentář**

Úvod kazuistiky je víceméně vysvětlením kontextu hraní Drogotoče s Adamem. Adam je obklopen těžkostmi, jež ho v životě potkaly. Adam se cítí být na tyto těžkosti sám. Nakonec, realita je taková, že je opravdu sám a Adam při různých příležitostech o osamělosti hovoří. Stejně tak já, jakožto pracovník/výzkumník v kazuistice zmiňuji absenci pocitu kontaktu, potažmo blízkosti s Adamem. Drogotoč v tomto případě nabídl možnost vyvolat a upozorovat tento fenomén. Adam hovoří o důležitých životních událostech, zároveň hraje hru, ale jak je zmiňováno v kazuistice, víceméně pouze mimochodem, jakoby se venku mimo Adamův svět nic nedělo. Tuto interpretaci podpořím

Adamovým tvrzením, že ač využívá služeb poradenství, má pocit, že nikdy nevedlo k hlubšímu zamyšlení se nad svým životem. Pokud se opřu o teorii terapie hrou a motivačních rozhovorů, kde oba přístupy kladou velký důraz na vztah jako podporu změny, vedl bych další práci s Adamem tímto směrem.

Téma vztahu se při Drogotoči objevilo i v situaci, kdy Adam sděluje „Jsi tu za čistáka.“ Následně se projevuje má nezkušenost a nejsem schopen využít potenciál dané chvíle. S odstupem uvažuji, že bych v dané situaci hovořil o studu a rozpacích, jež jsem v tu chvíli zažíval. Také by se dalo mluvit o působení tohoto výroku na mou snahu se Adamovi přiblížit. S tím souvisí doptání na prožívání při tomto prohlášení – je Adam naštvaný, závidí, smutný, stydí se...? Stejně tak si v podobném duchu mohu vykládat Adamovu potřebu mít pro životní změnu po boku někoho blízkého, komu se dá věřit. Kladu si otázku, zda může být volání po příteli také voláním po blízkosti s pracovníkem. Jsem si vědom, že jde z mé strany o hypotézu. Vědomě tím poukazuji na praktické využití Drogotoče, kdy hypotézy vyvozené z kontaktu mohou být jedním z podpůrných zdrojů přemýšlení o klientech a o další práci s nimi.

Pokud bych s Adamem nedále spolupracoval, zaměřil bych se na společný vztah a na ovlivňování kvality tohoto vztahu jak ze strany Adama, tak ze strany pracovníka. Vedle vyprávění o životních těžkostech bych se snažil Adam učít vnímat a umět hovořit i o jiných věcech jako jsou filmy, hudba, každodenní drobnosti apod. Nabídl bych tak vztah pracovník – klient k naučení se udržení důvěrného vztahu v běžném Adamově životě. Také bych uvažoval a vedl Adama k návštěvě psychiatra s cílem vyšetření na deprese.

### **3. 9. Diskuse**

Cílem bakalářské práce bylo představení hry Drogotoč s lidmi využívající adiktologické služby. V souladu s tímto cílem mají zveřejněné případové studie (dále jen kazuistiky) ilustrativní charakter. Sběr dat pro tyto kazuistiky byl opřen o kvalitativní výzkum, metody introspektivního pozorování. Nejde o kazuistiky s cílem reprezentovat a obhajovat účinnost techniky Drogotoč při práci s lidmi užívajícími návykové látky. Zkoumání účinnosti techniky by vyžadovalo práci s jiným výzkumným zaměřením. Jelikož jsou možnosti bakalářské práce omezené, zaměřil jsem představení hry na práci s Drogotočem ve formě pracovník – klient. Další možné formy využití Drogotoče jsou pracovník – klienti či pracovníci – klienti. Zkušenost prověřila, že při skupinové hře je vhodné limitovat účast čtyřmi účastníky.

Při realizaci výzkumu a následné tvorbě kazuistik, jsem si byl na základě načtených odborných informací vědom předností a nedostatků zvolené metody. Také si jsem vědom omezeními, jež aktivní zúčastněné pozorování může mít. Jelikož je cíl práce přesně definován, zmiňuji v kazuistikách takové situace a přímé citace, jež souvisí s představením hry a s rolí pracovníka při hře. Značné omezení vnímám v mé osobě, v roli pozorovatele, jelikož nejsem cvičený pozorovatel, výzkumník prověřený praxí pozorování, zároveň věřím prezentovaným výstupům a s ohledem na již míněný cíl, je považuji za dostačující. Omezení pozorování vyplývalo ze situace samé. Bylo pro mne náročné hrát hru, současně reflektovat vyskytující se situace a nad celým procesem ve svém nitru

bdíť. Dále si průběžně dělat poznámky o vlastních prožitcích a poznámky o pozorovaném procesu. Je patrné, že na jednoho člověka je to v jeden čas mnoho oblastí, jež si žádají aktuální pozornost.

Během průběhu hry bylo pro mne těžké rozdělovat, co komentovat a co ne, jaká témata otevírat a pokud ano, tak do jaké hloubky jít. Vnímám, jak jsem spíše obezřetný, k čemuž mne vedlo vědomí, že pracovní vztah s klientem není kontinuální. Vidíme se chvíli před hrou, během hry a pak už ne, což v praxi není obvyklé. Z toho vyvozují omezení kvality takového jednorázové aplikace hry. Sám jsem při hře cítil potřebu dále navazovat na témata a dojmy, jež se vynořila, spíše než potřebu navazování na již započatou práci. Stejně tak si uvědomuji, že pokud by hra proběhla v již trvajícím pracovním vztahu, mohla by vést k doplnění uvažování o klientovi. O Drogotoči přemýšlím jako o doplňkové technice, která zapadá do celkového rámce práce s klientem a uvědomění potřeby kontinuity je pro mne stvrzením této úvahy.

Absence kontinuity vztahu byla úskalím již v úvodu a to pro samotnou motivaci, proč by měl klient hru Drogotoč hrát. Na jedné straně pro účely bakalářské práce, s čímž oslovení klienti souhlasili a s tím do hry šli, na druhé straně by mělo být vědomí, že jsem svolil svou účast při této technice, protože se chci dozvědět něco o sobě nebo porozumět něčemu co se mi děje. I s tímto oslovením klienti souhlasili, přesto jsem cítil potřebu zasadit hru do nějakého kontextu. Vnímám, že tento etický rozměr je velice důležitý. Zastávám postoj, že výzkumný zájem je podřízen zájmu klienta, proto pro mne byla vstupní motivace pro hraní Drogotoče velice důležitá.

Potřeba pokračovat v práci s klientem a navázat na situace z Drogotoče, se mi objevovala při sepisování kazuistik, kdy jsem dodatečně přicházel na to, na co jsem se ještě mohl doptat, co jsem mohl reflektovat nebo komentovat. O tomto fenoménu jsem v minulosti neuvažoval, neboť s klienty, s nimiž jsem Drogotoč hrál, jsem se znal z předchozí spolupráce a následně jsme spolu v práci pokračovali. Toto je jeden z osobních objevů, jež jsem v souvislosti s praktickým využitím Drogotoče při realizaci bakalářské práce učinil.

V minulosti také nebyla hra nějak časově omezena. Pro účely bakalářské práce bylo pozorování ohraničeno na padesát minut, což pro formu hry pracovník – klient vnímám jako dostačující a přínosné. Dalším objevem bylo uvědomění si častého výskytu fenoménu „tam a tehdy – tady a teď“ patřícímu Gestalt přístupu v terapii. Situace vznikající při hraní Drogotoče vedou klienty k vyprávění o životních zážitcích. Mne, jakožto pracovníka, hra přirozeně vedla k doptávání se na aktuální prožívání ve vztahu k explorovanému obsahu. Stejně tak při hraní Drogotoče vznikají situace, fenomény, jež může pracovník zachytit a v duchu již zmíněného „tady a teď“ reflektovat. Příkladem může být situace zveřejněná v kazuistice Adam, kdy jsem hracím předmětem opakovaně stoupal na prázdné pole, Adam to nějak vnímal a pokud toto pracovník zachytí, může dojít k reflexi. Dalším příkladem může být situace z kazuistiky Jiří, kdy se v duchu „tady a teď“ hovoří o aktuálním prožívání ve vztahu k situaci opakovaných návratů do Starých časů, tj. do prvního kola.

Nepochybuji o nemožnosti generalizace těchto fenoménů. Jsem si vědom, že každý pracovník pracuje svým vlastním způsobem. Stejně tak jsem si vědom mého profesního omezení. Nejsem kvalifikovaný psychoterapeut. V souvislosti s tímto se domnívám, že profesní zkušenost se následně odráží v kvalitě hraní Drogotoče.

Drogotoč také umožňuje přenos nové zkušenosti z jedné hry do jiné. Jako příklad uvedu situace z kazuistik Jiří a Adam, kdy Jiří při shrnutí hry sám od sebe hovořil, že se cítí být v reálném životě

ve fázi udržení změny, jež symbolizuje třetí kolo. Když jsem zpětně hru v rámci kazuistiky vyhodnocoval, přišlo mi zajímavé zahrnout tuto reflexi do pomyslné palety otázek, jež mohou být při hře položeny. Tato konkrétní otázka byla Adamovi položena v závěru hry. Adamova reflexe je citována v kazuistice. Následně mne napadla otázka „v kterém kole byste si přál/a být?“, jež může být aplikována formou metody motivačních rozhovorů a to konkrétně posilování rozporu. Další úvahy o doplnění na základě hry s respondenty byly například v závěru pojmenovat hru/celkový proces hry, jež se právě uzavřel, či v duchu fenomenologické filozofie reflektovat „nejčastěji jsem od Vás slyšel výrok...“

Tímto chci mimo jiné poukázat na Drogotoč jako na měkkou techniku, jež podléhá neustálému vývoji či proměně s každým novým případem. Domnívám se o proměnnosti a formování také v případech, kdy tuto techniku aplikují různí profesionálové.

V kazuistikách je záměrně popisováno, jak se při hře postupuje v rámci jejích pravidel. Ač jsou pravidla při hře vysvětlována, v kazuistikách není doslovně citováno, jak jsem pravidla ústně předával. Nepovažuji to za nutné, neboť podrobná pravidla jsou přílohou této práce. Při detailním rozepisování jednotlivých pravidel by kazuistiky byly mnohem rozsáhlejší a o to víc náročné pro následné čtení. Stejně tak se domnívám, že by bylo nepříjemné a neobohacující číst informace technického charakteru, jež se opakují.

Praktický přínos práce spatřuji v ukotvení techniky Drogotoč do teoretického rámce a ve snaze o její povýšení na odbornou úroveň. Osobní dlouhodobou představou je rozšířit techniku do širšího povědomí adiktologické obce a formou vzdělávání, jež by zastřešovala organizace Laxus z.ú., kde pracuji, v technice proškolit zájemce, kteří by Drogotoč aplikovali se svými klienty. Vznikl by tak prostor pro širší možnosti výzkumu, kolegové by získali nový nástroj pro práci s klienty, z čehož by ve výsledku těžili i samotní klienti adiktologických služeb. Bakalářskou práci vnímám jako jedno z opěrných východisek pro takové vzdělávání. V současné době pracuji v Ambulantním centru Pardubice, kde si díky psaní této práce dokážu představit využití Drogotoče s klienty, kteří mají v anamnéze užívání pervitinu.

#### 4. Závěr

Tvorba práce byla pro mne velkým přínosem a inspirací. Tvorba hry Drogotoč se neopírala o žádné teoretické zázemí, v této oblasti jsem byl nevzdělaný a ani mne v té době nenapadlo, že by k danému tématu mohla být literatura. Přínosné jsem pro mne propojit vytvořenou techniku Drogotoč s teorií a tím jí případně rozvíjet dále, což je pro mne inspirací.

Mám potřebu závěrem sdělit, že celá práce je pro mne jistým zadostiučiněním a poctou pro Drogotoč. Vnímám, že hra má již za sebou dlouhou cestu a nyní i cestu před sebou. Tuto práci vnímám jako mezník přechodu z laického pohledu na věc k více profesionální úrovni.

Pokud bych uvažoval o rozšíření práce, dalo by se pracovat na práci s Drogotočem se skupinou. Taktéž by se dalo vymyslet vzdělávání v této technice a dále tak zkoumat zkušenosti kolegů s hrou. Taktéž by se dala zkoumat využitelnost Drogotoče v procesu strukturovaného docházení klienta či zpětné hodnocení procesu hry z pohledu klientů. Taktéž mne při tvorbě práce napadly nové experimenty, jež by s Drogotočem šly udělat. Například zkusit hru nechat běžet samu o sobě, nereflektovat, nekomentovat, pouze hrát a k reflexi by došlo až v samotném závěru. Tento přístup by se pak mohl porovnávat s reflektujícím přístupem. Také by šlo v souladu s technikou terapie hrou – pískoviště, používat v průběhu hry Drogotoč různé figurky, jež by zrcadlily vnitřní svět klientů, hráčů.

Případné rozšíření/pokračování práce by se mohlo týkat šetření, jaké klinické zkušenosti mají s kontrolovaným pitím v jiných adiktologických ambulantních zařízeních mimo Laxus z.ú. Zajímavé by mohlo být i mapování důvodů, proč se klienti/klientky rozhodují pro kontrolované pití a nikoliv pro úplnou abstinenci či jaká je pozice kontrolovaného užívání nelegálních návykových látek v českých adiktologických službách.



## Literatura

- Blom, R. (2009). *The handbook of gestalt play therapy : practical guidelines for child therapists*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Ferjenčík, J. (2000). *Úvod do metodologie psychologického výzkumu*. Praha:Portál
- Glover, N. M. (1999). Play therapy and Art therapy for Substance Abuse Clients Who Have a History of Incest Victimization. *Journal of Substance Abuse Treatment*. (pp.281-287)
- Görtz, A. (2007). Terapie hrou s pískem u dětí rozvedených rodičů. In *Žít svůj vlastní život*(pp.149-166). Praha: Portál.
- Hartl, P. & Hartlová, H.(2000). *Psychologický slovník*. Praha:Portál
- Hendl, J. (2005). *Kvalitativní výzkum*. Praha: Portál
- Humpolíček, P. (2017). Terapie hrou. In Valenta M. & Humpolíček P., *Hra v terapii* (pp. 61-133). Praha:Portál
- Chomynová, P. & Grohmannová, K. (2017). *Zaostřeno*. Praha: Úřad vlády České Republiky
- Kalina, K. & kol. (2001). *Mezioborový glosář pojmů z oblasti drog a drogových závislostí*. Praha: Filia nova
- Kalina, K. (2013). *Psychoterapeutické systémy a jejich uplatnění v adiktologii*. Praha:Grada
- Kottman, T. (2010). *Play therapy: Basics and beyonds*. American Counseling Association.
- Langmeier, J. & Krejčířová, D. (1998). *Vývojová psychologie*. Praha: Grada
- Laxus, z. ú. (2017). Laxus z. ú. Načteno z Web Laxus z. ú.: <http://www.laxus.cz/o-nas/vyrocnizpravy/>
- Libra, J. (2003). Nízkoprahová kontaktní centra. In Kalina K., *Drogy a drogové závislosti 2* (pp.165-172). Praha: Úřad vlády České republiky
- Lištiaková, I. (2017). Terapie hrou v léčebně pedagogickém kontextu. In Valenta M. & Humpolíček P., *Hra v Terapii*(pp.179-194). Praha: Portál
- Miller, R.,W. & Rollnick, S. (2003). *Motivační rozhovory*. Tišnov: Scan
- Soukup, J.(2014). *Motivační rozhovory v praxi*. Praha:Portál
- Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada
- Mravčík, V. (2017). *Výroční zpráva o stavu ve věcech drog v České republice v roce 2016*. Praha: Úřad vlády České republiky
- Nakonečný, M. (1996). *Motivace lidského chování*. Praha: Academia

- Nakonečný, M. (2017). *Psýché*. Praha: Vodnář
- Nešpor, K. (2018). *Návykové chování a závislost*. Praha: Portál
- Opravilová, E. (2004) *Předškolní pedagogika II*. Liberec: Technická univerzita v Liberci
- Polínek, M. (2017). Gestalt hra a gestalt drama. In Valenta M. & Humpolíček P., *Hra v terapii* (pp.227-240). Praha: Portál
- Rezková, V. & Kleinová K. G. (2012). *Hra jako lék: teorie a praxe nedirektivní terpaie hrou*. Praha: Pražská pedagogicko-psychologická poradna.
- Sedláček, M. (2007). Případová studie. In R. Švaříček & K. Šedová, et al., *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*.(pp.96-112). Praha: Portál
- Soto, L. E. & Boswel, J. N. (2017). *Directive play therapy: theories and techniques*. New York: Springer Publishing Company.
- Soukup, J. (2015). Motivační rozhovory. In Kalina K., et al., *Klinická adiktologie*(pp.316-325). Praha: Grada
- Stagnitti, K. & Cooper, R. (2009). *Play as therapy: assesment and therapeutic interventions*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Švaříček, R. (2007). Zúčastněné pozorování. In R. Švaříček & K. Šedová, et al., *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*.(pp.142-159). Praha: Portál

## **Příloha č.1 – Pravidla hry Drogotoč: Kartičky**

### **„Události“**

Kupička karet Události leží na hracím poli na vymezeném místě. V průběhu hry se může hráč postavit na pole Událost. V takovém případě si hráč (nebo je mu jiným hráčem přečtena) přečte vrchní kartičku z balíčku Události a dále se řídí informacemi vyplývajícími z textu. Pozn. u těchto karet je dobré doptávat se na osobní zkušenosti, na shodu s realitou, na pocity. (většina událostí vychází z reálných příběhů)

### **„Šance“**

Kartiček šance jsou tři druhy: MYŠLENKA, FURT STEJNEJ KOLOTOČ a STARÝ ČASY. Tyto kartičky určují pohyb mezi jednotlivými koly. Filosofie jednotlivých šancí: „Myšlenka“ = udržení motivace (myšlenky), posouvá hráče do užšího kruhu – směrem ke středu. Akce. „Furt stejnej kolotoč“ = setrvání v současném stavu, hráč zůstává v kruhu, ve kterém se právě nachází nebo naposledy nacházel. Ustrnutí či udržení změny. „Starý časy“ = návrat do původního největšího kolotoče, neudržení změny, zhoršení stavu.

Karty Šance leží lícem dolů na hracím poli na vymezeném místě. Na tyto karty je hráč odkázán v průběhu hry z různých míst. Pokud k tomu dojde, hráč si losuje jednu z nich a řídí se tím, co z toho vyplývá (např. hráč se z 1. kola vlivem Události dostal do Krimu. Následně opouští Krim a losuje si jednu z karet Šance. Vylosuje si Myšlenku a tak jde z původního 1. kola do 2. užšího. Jiný příklad – hráč se ve 2. kole postaví na políčko Pokušení – vylosuje si z kartiček Šance, vylosoval si Staré časy, vrací se do 1. kola)

pozn. při přechodech v jednotlivých kolech je dobré reflektovat komentáře hráčů, doptávat se na pocity či na to, zda v životě zažili něco obdobného

### **„Pecka“**

Kartičky Pecka jsou v kupičce položeny na hracím poli na vymezeném místě. Kartičky jsou položeny obrázkem vzhůru. Kartička symbolizuje jednu dávku drogy. Ve hře je cena jedné dávky 1000,-. Hráč si z vrchu balíčku kartiček bere takové množství, které si koupí nebo Událostí dostane. Dříve, než si hráč z balíčku lízne, balíček se zamíchá. Hráč si k sobě bere a před sebe pokládá kartičky Pecka stále obrázkem vzhůru.

Pokud se hráč postaví na pole Dej si pecku, musí si Pecku „dát“. Pokud u sebe žádnou nemá, může požádat spoluhráče o Pecku za peníze, za příslib vrácení až bude mít nebo může požádat o darování... Jestliže si hráč nemůže pecku dát, nehne se z místa. Může se stát, že i v takovémto případě hra končí.

### **„Peníze“**

Kartičky Peníze leží v kupičce na hracím poli.

hra má pouze jednu hodnotu – 1000,-. Peníze jsou určeny pro nákup Pecek a k placení výdajů určených Událostmi či políčky v nejužším kole.

### **„Stálá práce“**

Kartičky s obrázky profesí leží na hracím poli. Z těchto kartiček si hráč vybírá jednu v případě, že se postaví na pole „Práce“. (viz. pole P, Práce) Hráč si vybírá tu profesi, jež je mu v danou chvíli nejsympatičtější. Ve chvíli, kdy si hráč vybere profesi/kartičku, vezme si ji k sobě a položí před sebe. O práci hráč přichází ve chvíli, kdy se vrací do 1. kola (do Starých časů). V takovém případě vrací kartičku zpět do balíčku obrázků s profesemi.

## **Příloha č.2 Pravidla hry Drogotoč: Jednotlivá políčka v daných kolech a další doplňující pravidla**

### **První kolo/kruh (Staré časy)**

Jde o kolo, ve kterém hráč kupuje dávky, dává si pecky, shání peníze a podléhá událostem, které se dějí...

**„D“- dealer** – pokud se hráč postaví na toto políčko má možnost (nemusí tak učinit pokud nechce) koupit si jednotlivé dávky (kartičky Pecka z banku). Může nakupovat jak pro sebe, tak i pro ostatní jako prostředník.

### **„Dej si pecku“**

V případě, že se při hře hráč postaví na políčko Dej si pecku, dochází k aktu „aplikace“. To probíhá tak, že hráč si z vlastních kartiček Pecka vybere jednu a otočí ji rubem vzhůru. Zde je nápis Pecka. Dvě kartičky z balíčku pecka jsou označeny jako „zlatá“. Pokud hráč narazí na takto označenou kartu, v tu chvíli pro něj hra končí. Pokud kartička Pecka takto označena není, hráč ji dává zpět do balíčku kartiček Pecka, jež leží na vyznačeném místě.

**„B“ – brigáda** – pokud se hráč postaví na toto políčko, může využít jednorázové brigády. Pokud se tak rozhodne, odstaví se stranou na vyznačený prostor „brigáda“, kde stojí tři kola. Po třech kolech obdrží 2000,- a volí z kartiček Šance (symbolika dočasného vysazení drogy, spokojenost s prací a s klidem mimo drogový kolotoč a s pokusem o udržení této změny i po skončení brigády)

**„Sociální dávka“** – zde hráč obdrží 1000,-

**„Událost“** – pokud se hráč postaví na toto políčko, sám nebo někdo ze spoluhráčů mu přečte text z vrchní kartičky z balíčku Události. Po přečtení se kartička dává na spod balíčku a hráč se řídí přečteným textem.

**„Čórka“** – pokud se hráč postaví na toto políčko, může se rozhodnout, zda bude „krást“ či ne. Pokud se rozhodne pro „krádež“ hodí hrací kostkou. V případě, že hráči padne 1, dostane 1000,- /pokud padne 2, dostane 2000,- /pokud padne 3, dostane 3000,-. Pokud hráči padne 4 – 6, jde na vedlejší vyznačený prostor „KRIM“, kde se řídí pravidly Krimu (viz pravidla pro vedlejší pole). Pokud se rozhodne „nekrást“, hra pokračuje, jakoby hráč stál na prázdném poli.

**„Prostituce“** pokud se hráč postaví na toto pole, může se rozhodnout pro prostituci. Pokud tak udělá, dostane jednorázově 6000,-. Pokud se rozhodne, že prostituovat nebude, hra pokračuje, jakoby hráč stál na prázdném poli.

## Druhé kolo/kruh

„Dej si pecku“ – viz výše

„D“- **delaer** – viz výše + hráč zde může nakupovat pouze pro sebe. Přestává být prostředníkem.

„P“- **práce** – Pokud se hráč postaví na toto políčko, může si vybrat z kartiček profesí, viz výše. Výplatu pak hráč dostává pokaždé, když projde přes toto pole (už se na něj nemusí postavit, stačí pouze projít). V tomto kole výplata činí 3000,-. Pokud se hráč vrací do Starých časů, o práci přichází, pokud postupuje do třetího kola, práce mu zůstává.

„Pokušení“ - toto pole hráče odkazuje na volbu z kartiček Šance (viz výše)

## Třetí kolo/kruh

V tomto kole je hráč zapojen do kruhu/kolotoče života, jež je již bez dealerů a pecek. Pokud má stálou práci z druhého kola, přenáší si ji sem do kola třetího.

„P“ – **práce** – viz výše. Práci může mít hráč z 2. kola. Výplata v tomto kole činí 5000,-

„Výdaje“ – zde hráč platí 50% ze svých úspor (symbolicky za nájem, daně, jídlo, telefon...)

„Rodina“ – zde hráč jedno kolo stojí, poté zaplatí tisíc (symbolizace rodinné akce, výletu, potřeby někoho z členů rodiny)

„Náhlé výdaje“ – zde hráč platí 1000,- (symbolizace rozbité pračky, nějaké technické poruchy v domácnosti apod.)

„Pokušení“ – viz výše

Pozn. pokud hráč v tomto kole nemá dostatek financí, nabízí se prostor pro diskuzi, jak by s tím naložil. Například vrátit se do Starých časů, anebo pokud to jde, tak prodat Pecky spoluhráčům. Může se také zkusit pracovat s fenoménem dluhů. Například hráč si z „banku“ půjčí nějaký obnos, poté se ho snaží splatit. Také může dále postupovat s tím, že se mu bude psát dluh do mínusu, jež, se bude automaticky odčítat od výplaty... – zde vzniká prostor pro diskuzi na toto téma. Stejně tak je zde prostor i pro experiment, jak situaci s nedostatkem financí řešit

## Střed

Střed se dá považovat za finále hry. Jak bylo zmíněno výše, ve středu se mísí dvě políčka – Pokušení a Šance – hráč postupuje dle pravidel Pokušení, tedy volí z karet Šance. Následně dochází buď k „udržení Myšlenky“ a hráč „vystupuje z Drogotoče“ neboť zde již není pole, kam by postupoval. Další možností je „Furt stejnej kolotoč“, což v tomto případě znamená, že zůstává ve středu hry, jako součást Drogotoče. Poslední možností z karet Šance je Starý časy, což znamená přechod ze středu do 1. kola.

pozn. pokud hráč vstupuje do nového kola/kruhu nebo se vrací zpět, vždy se postaví na libovolné prázdné políčko v daném kole (příklad: na základě karty Šance – Myšlenka se hráč přesouvá z 1. kola do 2., ve druhém kole se postaví na libovolné prázdné políčko)

## Vedlejší označený prostor

## **„Krim“**

Do Krimu hráče přivede buď událost nebo nepovedená Čórka. Hráč je na poli Krimu tak dlouho, dokud nehodí 6. Hráč hází pouze jednou za kolo. Když opouští Krim, volí z karet Šance.

pozn. Krim je mimo prostor kol/kruhů z důvodu symbolizace poodstoupení z „kolotoče“, možnosti pozorování ostatních, jak se ve hře pohybují. Někteří lidé vnímají výkon trestu jako možnost přestat užívat a následně tuto změnu udržet – proto kartičky Šance.

## **„Zdravotka“**

Na Zdravotku se hráč dostane odkazem z Události (viz výše). Hráč zde stojí tři kola, zaplatí 1000,- a volí z kartiček Šance.

## **„Brigáda“**

Na pole Brigáda odkáže hráče políčko z 1. kola. Na prostoru Brigáda hráč stojí tři kola, obdrží 2000,- a následně volí z karet Šance

pozn. z těchto míst se hráč do hry vrací na nejbližší nepopsané pole. V situacích, kdy se hráč ocitne na těchto polích, je možné hovořit o tom, jaké to je vidět ostatní točit se v kruhu Drogotoče. Také se dá hovořit o tom, do jakého kola by chtěli jít (výsledkům volby z karet Šance navzdory). Obecně lze s hráči hovořit, zda někdy v životě zažili chvíli, kdy chtěli nemoc, odnětí trestu či odjezd za časově náročnou práci využít pro snahu o abstinenci.

## **Začátek hry**

Ke hře je potřeba, aby každý hráč měl svou figurku. Jako figurka poslouží jakákoli menší osobní věc, jež má daný hráč u sebe.

Hráč se postaví na jakékoli neoznačené pole v 1. kole.

Každý hráč do začátku hry obdrží 3000,- a tři kartičky Pecka.

Hráči se mezi sebou dohodnou, kdo první hodí kostkou a tím uvede svou figurku do pohybu. V případě více hráčů se hráči domluví, jakým směrem bude pořadí pokračovat.

pozn. může být užitečné, že se někdo z hráčů rozhodne, že zastoupí roli toho, kdo se stará o kartičky Peníze (přijímání financí, vyplácení), ale není to nutné.

## **Průběh hry**

Během hry se hráči pohybují po jednotlivých políčkách v různých kolech a situace se opakují. „Dávají“ si Pecky, rozhodují zda Čórka ano či ne, čtou události a řídí se jimi, nakupují od Dealera, ocitají se na Zdravotce či v Krimu, volí z karet Šance...

Je důležité, aby pracovník, též hráč, jež hru vede, hru reflektoval a aby kladl různé otázky. Nejčastější otázky mohou být na osobní zkušenost se situací, jež se při Drogotoči děje. S tímto souvisí návazné dotazy na prožitky ohledně dané situace „tehdy a tam“ a převést pozornost na prožívání „tady a teď“ (například: „Opět se vracíte do Starých časů. Stalo se Vám někdy, že jste se pokoušel/a své

užívání drog omezit a opakovaně se to nedařilo?“ „Jaké pro Vás bylo zažívat takový nezdar?“ „Jaké je to teď, tady, zažívat takovouto situaci během hry?“)

Pracovník, jež vede hru, může reflektovat své dojmy a pocity z vlastních kroků při hře – učí/ukazuje tím spoluhráčům čeho je možné si při hře všimnout.

Při hře je možné realizovat nápady a invence, jež vycházejí z aktuální situace při hře.

### **Závěr hry**

Hra v případě dvou hráčů končí 50. minutou uplynulého času nebo v případě potřeby i dříve. V případě více hráčů se může hrát až 90 minut. Hráč může tou dobou být na jakémkoliv políčku ve hře.

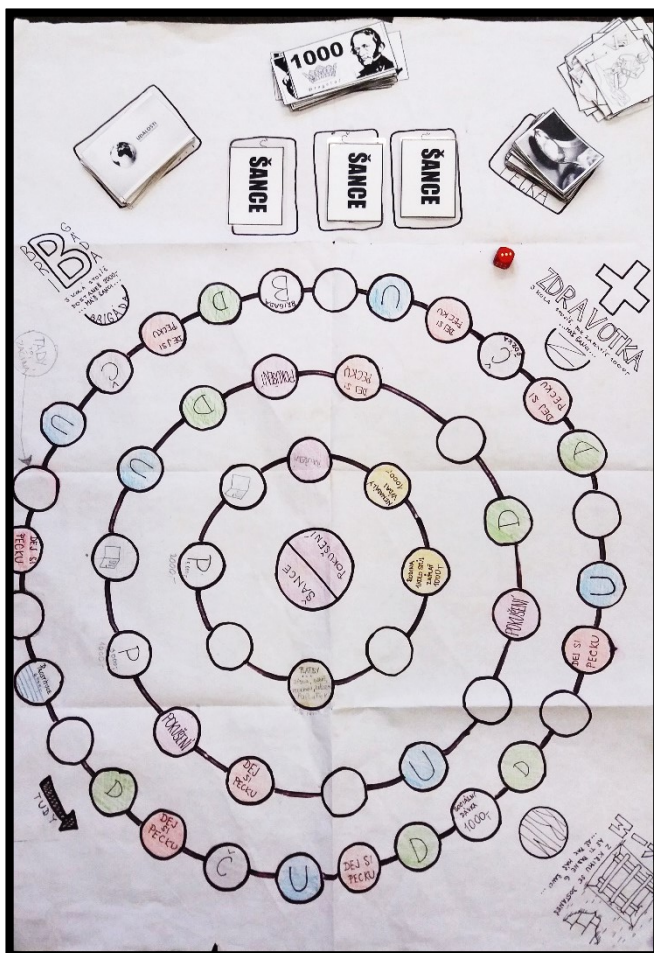
Hra pro daného hráče končí ve chvíli, kdy projde středem a z karet Šance si vylosuje Myšlenku. V takovém případě vedoucí hráč reflektuje aktuální situaci a požádá hráče, aby setrval do doby, než dohrají ostatní – kvůli závěrečnému shrnutí. Ostatní hráči dále pokračují ve hře.

Hra pro hráče končí i v případě, když si „aplikuje“ Pecku, jež je označena jako Zlatá. V takovém případě vedoucí hráč reflektuje aktuální situaci a požádá hráče, aby setrval do doby, než dohrají ostatní – kvůli závěrečnému shrnutí. Ostatní hráči dále pokračují ve hře.

Závěrečná reflexe/shrnutí se týká celého procesu hry. Například „Jaké to bylo hrát takovou hru?“ „Jsou situace, které Drogoť znázorňuje reálné?“ „Co je pro Vás na Drogoť nejreálnější?“ „Co byste Drogoť vytkl/a?“ „Co Vám v Drogoť chybělo?“ „Jak byste celý proces hry pojmenoval/a?“

### Příloha č.3 – Fotodokumentace herních pomůcek Drogotoč

Obrázek 2 Fotografie herního pole s umístěnými pomůckami



Zdroj: Autor

Obrázek 2 Detailní fotografie umístění pomůcek na herním poli



Zdroj: Autor

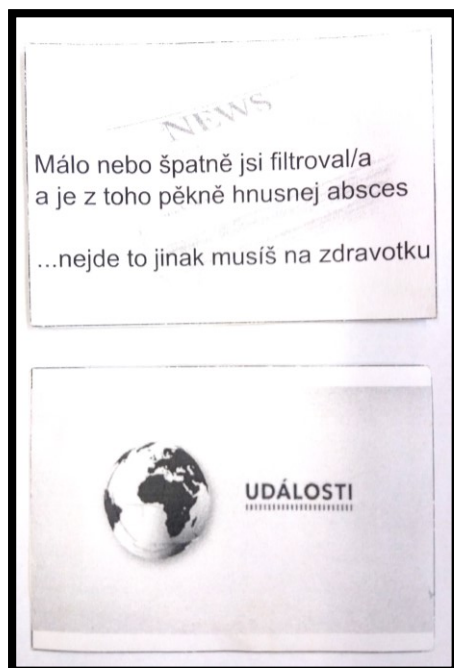


Obrázek 3 Detailní fotografie kartičky Peníze



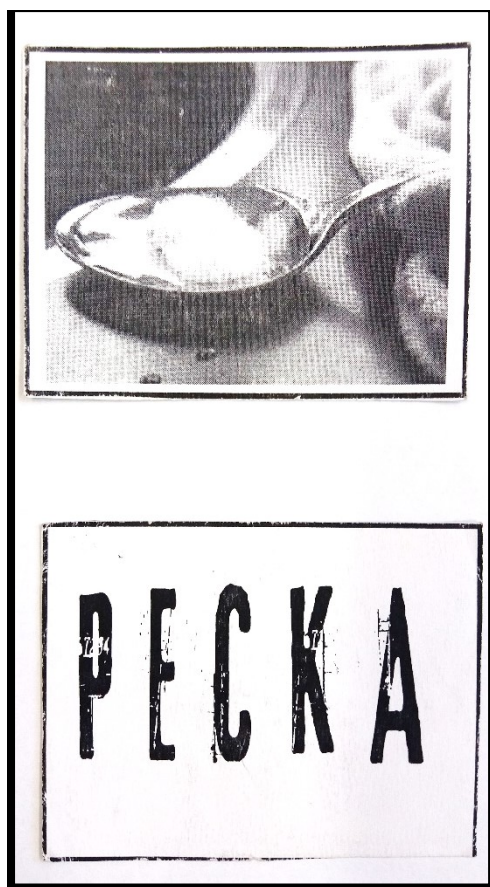
Zdroj: Autor

Obrázek 4 Detailní fotografie příkladu kartičky Události



Zdroj: Autor

Obrázek 5 Detailní fotografie kartičky Pecka (rub a líc)



Zdroj: Autor

Obrázek 6 Detailní fotografie ukázky kartiček Práce



Zdroj: Autor

Obrázek 7 Detailní fotografie kartiček Šance - líc



Zdroj: Autor

#### **Příloha č. 4 – Informovaný souhlas**

Souhlasím s účastí na výzkumu, jež je součástí výzkumného záměru bakalářské práce Užití prvků Terapie horu a Motivačních rozhovorů u aktivních uživatelů návykových látek

Jsem informován/a o podstatě výzkumu a seznámen/a s cíli práce. Souhlasím s tím, že všechny získané údaje budou použity jen pro účely výzkumu a že výsledky výzkumu mohou být anonymně publikovány a jinak zveřejněny.

Měl/a jsem možnost vše si řádně a v klidu zvážit, měl/a jsem možnost se řešitele zeptat na vše, co jsem považoval/a za pro mne podstatné a potřebné vědět.

Na případné dotazy jsem dostal/a jasnou a srozumitelnou odpověď. Jsem informován/a, že mám možnost do 24.4.2019 od spolupráce na projektu odstoupit, a to i bez udání důvodu.